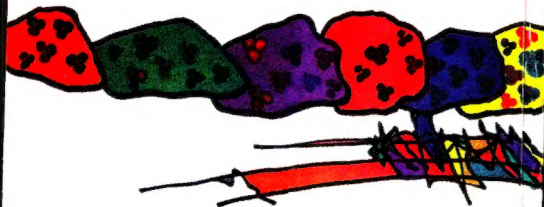


شہامتِ عشق و زیندن



مجموعہ ای
از سخنان و تعلیم
اوشو،
عارف معاصر ہندی

مترجمین
س۔ موسوی راد دکنر ہالہ طالابی





با تشکر از همکاری صمیمانه:

خانم فاطمه پور فاهری - دکتر غزاله فخمی - خانم بهاره فخمی

osho

اشو، ۱۹۹۰ - ۱۹۳۱
شهامت عشق ورزیدن / شاهکار اشو مترجمین جعفر موسوی راد، هاله طلایی - تهران: آویژه نگارستان کتاب، ۱۳۸۱.
۲۷۰ ص

ISBN 964-6652-21-2

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیدا

Courage: The joy of living dangerously

عنوان به اصلی: ۱. شجاعت - جنبه های روانشناسی، ۲. ترس - جنبه های روانشناسی، ۳. راه و رسم زندگی، ۴. ایستاد وجود، ۵. خودسازی، الف. موسوی راد، جعفر، ۱۳۳۵ - مترجم: ب. طلایی، هاله، ۱۳۳۹ -

۵ الف ۳/ش BF5۷۵/۱۵۲/۴۶

۱۳۸۱

کتابخانه ملی ایران

۸۰-۲۹۳۷۰



شهامت عشق ورزیدن
اشو

مترجمین: س. موسوی راد - دکتر هاله طلایی

چاپ دوم - زمستان ۱۳۸۱

تیراژ: ۳۳۰۰ نسخه

لینوگرافی: اردلان

چاپ: تک

صحافی: تاجیک

انتشارات آویژه - انقلاب، کارگر جنوبی، نرسیده به جمهوری، کوچه صابر پلاک ۱، تلفن: ۶۴۴۴۱۱۷

حق چاپ برای ناشر محفوظ است

شابک ۹۶۴-۶۶۵۲-۲۱-۲ ISBN 964-6652-21-2

فهرست مطالب



پاد آوری مترجمین

درباره نویسنده

پیشگفتار

۱	شهامت چیست؟
۳	فلسفه شهامت
۸	راه قلب
۲۱	راه هوشمندی
۳۰	راه اعتماد
۴۶	راه مصومیت
۷۴	وفای عامل جدیدی به زندگی شما وارد می‌شود پذیرای آن باشید.
۹۰	شهامت عشق ورزیدن
۱۱۰	نه یک رابطه، بلکه حالتی از هستی
۱۱۳	این کیک خوشمزه است!
۱۲۳	دنیای بدون مرز
۱۳۰	نه آسان نه مشکل، فقط طبیعی

یادآوری مترجمین

آنچه در این کتاب است نظر نویسنده آن است. با اینحال روشن است که اشو هستی را از دریچه عشق می نگرد و با شهادتی آگاهانه ساختارهای مرسوم بشری را در هم می شکند. او با کلامی شطح گونه از قالب های مخلوق می گذرد تا در عمل، مخاطب را به یگانگی با خالق و همون شود.

به قول مولانا:

مرده بلا زنده بلا

نیست بجز فضل خدا

رستم از این بند و بلا

مرده و زنده وطن

خودتان را از جمع دور ننگمدارید ۱۴۱

ترفندهای اعداد ۱۴۹

به «حس دروتشان» گوش دهید ۱۵۲

آزادی از، آزادی برای ۱۶۰

چهره اصلی خود را بیابید ۱۶۳

لذت زندگی مخاطره آمیز ۱۷۱

هر چه کاری که کنید، زندگی یک راز است ۱۸۰

زندگی همواره در محیط پرتلاطم جاری است ۱۸۴

شهادت نهایی: نه شروع، نه پایان ۱۹۲

در جستجوی بی ترسی ۲۱۷

روشای مراقبه و پاسخ به سوالات ۲۱۷

مراقبه جهت ترس از پوچی ۲۴۸

مراقبه برای رفع کردن نمونه های قدیمی ترس ۲۴۹

مراقبه برای اعتماد ۲۵۱

مراقبه برای تبدیل ترس به عشق ۲۵۳

و آخرین سؤال: ترس از خدا ۲۵۵

درباره نویسنده

اشو عارف معاصر که زندگی و تعالیمش مسیر زندگی میلیونها انسان را در سنین مختلف تحت تأثیر قرار داده است؛ در روزنامه ساندی تایمز چاپ لندن به عنوان یکی از «هزار سازنده قرن بیستم» و در روزنامه ساندی میدی چاپ هند به عنوان یکی از ده نفری که همراه گاندی، نهرو، بودا - سرنوشت هند را تغییر داده اند یاد شده است.

او درباره کار خود می گوید به خلق شرایطی برای تولد نوع جدیدی از انسان که زوریای بودایی می نامد کمک کرده است - انسانی که قادر است از هر دو جنبه لذت زمینی زوریای یونانی و آرامش سکوت گواتمای بودایی بهره ببرد. کنکاش در جنبه های گوناگون آثار اشو بیانگر نگرشی است که معرفت بی انتهای شرق و پتانسیل بالای علم و تکنولوژی غرب را در بر می گیرد. او همچنین بخاطر کمک انقلابی اش به دانش دگرگونی درون معروف است، رویکردی به مراقبه که فرد را از حرکت شتابدار زندگی معاصر آگاه می کند. «مراقبه یویای منحصر به فرد او بگونه ای طراحی شده که تنش های متراکم شده در جسم و ذهن را آزاد می کند، چنانکه بی ذهنی و سبکی (relaxed) مراقبه آسانتر تجربه می شود.

پیشگفتار

آن را نه عدم قطعیت - بلکه شکفتن بنامید
آن را نه تزلزل - بلکه آزادی بنامید

من قصد ندارم در اینجا یک حکم قطعی بدهم - زیرا حکم قطعی انسان را خاطر جمع می کند. من قصد ندارم هیچ قولی برای آینده بدهم - زیرا هر قول و وعده ای برای آینده انسان را مطمئن می سازد. بلکه قصد دارم شما را نسبت به تمام تزلزل ها، ناشناخته ها و مخاطراتی که زندگی با آنها همراه است، آگاه و هوشیار کنم.

من می دانم که شما اینجا می آید به جستجوی نوعی اطمینان، عقیده و نوعی ایسم، متعلق به هر جا و هر کس که بتوانید به آن متکی باشید. به اینجا می آید برای اینکه فارغ از ترسها و نگرانی ها باشید. به دنبال نوعی اسارت زیبا هستید - تا در پی خبری و ناآگاهی زندگی کنید.

من مایلم شما را هرچه بیشتر نامطمئن و متزلزل کنم - زیرا این نشان می دهد که زندگی چگونه است، خدا چگونه است؟ وقتی تزلزل و مخاطره بیشتر باشد تنها راه پاسخگویی، توسل به آگاهی است. دو امکان وجود دارد. یکی اینکه چشمهای خود را ببندید و

وقتی شما می‌گویید که مطمئن هستید، در واقع مرگ خود را اعلام کرده‌اید؛ مانند این است که خودکشی کرده‌اید.

زندگی یا هزار و یک عدم قطعیت به حرکت خود ادامه می‌دهد. این آزادی، زندگی است. آن را عدم امنیت ننمایید.

من می‌فهمم که چرا ذهن آزادی را «عدم امنیت» تعبیر می‌کند... آیا تاکنون به مدت چند ماه یا چند سال در زندان بوده‌اید؟ اگر فردی چندین سال در زندان بوده باشد، وقتی روز آزادی فرا برسد، احساس عدم اطمینان درباره آینده می‌کند. همه چیز در زندان برایش تعیین شده و مشخص بود؛ همه چیز یکنواخت و مرده بود. خورد و خوراکش تأمین بود. نگهداری و حمایت می‌شد؛ هیچ ترسی از این نبود که روز بعد گرسنه بماند و چیزی برای خوردن نباشد - خلاصه همه چیز مشخص و تعیین شده بود. حالا، ناگهان، پس از سالها زندانیان آمده و به او می‌گویند، «شما آزاد هستید.» در این لحظه زندانی شروع به لرزیدن می‌کند. خارج از دیوارهای زندان، دوباره عدم اطمینانها وجود خواهد داشت؛ بار دیگر ناچار خواهد بود که بگردد، جستجو کند؛ دوباره مجبور می‌شود در آزادی زندگی کند.

آزادی وحشت ایجاد می‌کند. مردم درباره آزادی صحبت می‌کنند، اما آنها می‌ترسند. و کسی که از آزادی می‌ترسد مرد به حساب نمی‌آید. من به شما آزادی می‌دهم؛ ولی اطمینان و امنیت نمی‌دهم. من به شما درک و فهم می‌دهم؛ ولی دانش نمی‌دهم. دانش شما را مطمئن می‌کند. اگر من به شما یک فرمول بدهم، یک فرمول

صرفاً یک فرد دگم، یا یک مسیحی، یا یک هندو باشید... حالا یک آدم خوش خیال باشید. این سبب تغییر در زندگی نمی‌شود؛ بلکه در واقع چشمهای شما را می‌بندد. از شما آدمی احمق و بی عقل می‌سازد و در بی عقلی خود احساس امنیت می‌کنید - همه آدمهای احمق احساس امنیت می‌کنند. در واقع، فقط احمقها هستند که احساس امنیت می‌کنند. در حالی که فرد زنده و پویا همواره احساس متزلزل و عدم امنیت می‌کند. چه امنیتی می‌تواند وجود داشته باشد؟

زندگی یک فرآیند مکانیکی نیست؛ و نمی‌تواند یک موضوع قطعی باشد. در واقع زندگی یک راز غیر قابل پیش‌بینی است. هیچکس نمی‌داند که لحظه بعد چه اتفاقی می‌افتد. اگر انسان بداند که چه چیزی لحظه بعد واقع می‌شود، زندگی یک فرآیند مکانیکی و مرده‌ای خواهد بود. در این صورت هیچ آزادی وجود نخواهد داشت، و زندگی بدون آزادی چگونه می‌تواند برقرار باشد؟ بنابراین هیچ امکانی برای رشد یا عدم رشد وجود ندارد. اگر هر چیزی از قبل مقدر شده باشد، بنابراین هیچ افتخار و شکوهی وجود نخواهد داشت، و در این صورت انسانها مانند روبات خواهند بود.

هیچ چیزی در امنیت نیست. این پیام من است. هیچ چیزی نمی‌تواند ایمن و قطعی باشد، زیرا یک زندگی قطعی و ایمن بدتر از مرگ خواهد بود. هیچ چیز قطعی نیست. زندگی سرشار از عدم قطعیتهاست، پر از شگفتیها - همین‌ها زیبایی زندگی است! شما هرگز به لحظه‌ای نمی‌رسید که بتوانید بگویید، «حالا من مطمئن هستم.»

مشخص، که یک خدا، یک روح القدس و یک پسر یعنی عیسی وجود دارد؛ بهشت و جهنم وجود دارد، همچنین یک سری کارهای خوب و یک سری کارهای بد؛ اگر کارهای بد انجام بدهید به جهنم می‌روید، و اگر آن کارهایی که من آنها را کارهای خوب می‌خوانم انجام بدهید به بهشت می‌روید - تمام! - بر این اساس شما مطمئن خواهید بود. به همین دلیل است که تعداد زیادی از مردم انتخاب کرده‌اند که هندو و یا جاین (Jainas) باشند - آنها آزادی نمی‌خواهند، بلکه فرمول مشخص می‌خواهند.

مردی به علت تصادف در جاده در حال مردن بود. هیچکس نمی‌دانست که او یهودی است، لذا یک کشیش کاتولیک فرا خوانده شد. کشیش خم شده و خود را به مرد نزدیک کرد - مرد در حال مردن بود و در آخرین لحظاتش کشیش به وی گفت: «آیا اعتقاد به تثلیث خدا پدر، روح القدس و پسر عیسی داری؟»

مرد چشمانش را باز کرد و گفت: «نگاه کن، من دارم می‌میرم و او برای من معما طرح می‌کند!»

وقتی که مرگ در خانه شما را می‌زند، همه اطمینانهای شما بیهوده و مضحک خواهد بود. به هیچ اطمینانی نچسبید. زندگی قطعی نیست - طبیعتش غیر قطعی است. انسان هوشمند همیشه غیر مطمئن می‌ماند.

آمادگی برای ماندن در وضعیت عدم قطعیت، شهامت است. آمادگی برای ماندن در حالت عدم قطعیت، اعتماد است. فرد هوشمند

تمام قلبش به این موضوع پاسخ می‌دهد. نه اینکه بدانند چه چیزی قرار است اتفاق بیفتد، و نه اینکه بدانند «اگر این کار را انجام بدهی فلان موضوع اتفاق خواهد افتاد.» زندگی یک علم نیست، زنجیره علت و معلول هم نیست. اگر آب را تا حد درجه حرارت دهید بخار می‌شود - این یک قطعیت است. اما در زندگی واقعی، هیچ چیزی مانند مثال ذکر شده قطعی نیست.

هر فردی آزاد است، یک آزادی ناشناخته. غیر ممکن است بتوان پیشگویی کرد یا انتظار چیزی را داشت. انسان باید در آگاهی و فهم زندگی کند.

شما برای کسب دانش به من مراجعه می‌کنید؛ و یک سری فرمول می‌خواهید که به آنها بچسبید. من به شما چیزی نمی‌دهم. و در واقع اگر شما چیزی هم داشته باشید، آن را از شما می‌گیرم! من احساس قطعیت و اطمینان شما را از بین می‌برم؛ و شما را بیشتر و بیشتر نامطمئن می‌کنم. این تنها کاری است که باید انجام شود. تنها کاری که لازم است یک استاد انجام دهد! - قراردادن شما در آزادی کامل. در آزادی کامل، با همه امکانات، هیچ چیز ثابت و قطعی نیست. شما باید آگاه باشید - راه دیگری نیست. این چیزی است که من آن را فهم می‌نامم. اگر بفهمید، عدم قطعیت بخشی ذاتی و درونی از زندگی است - و چه خوب که چنین است، زیرا به زندگی آزادی می‌بخشد، و آن را سرشار از شگفتی می‌کند. کسی نمی‌داند چه چیزی می‌خواهد اتفاق

بیفتند. این موضوع شما را دائم در حالت بهت و شگفتی نگه می‌دارد.
آن را عدم قطعیت بنامید - بلکه آن را شگفتی بنامید. آن را عدم
قطعیت بنامید - بلکه آن را آزادی بنامید.

شما نمی‌توانید راستگو باشید اگر با شهادت نباشید
شما نمی‌توانید عشق بورزید اگر با شهادت نباشید
شما نمی‌توانید اعتماد کنید اگر با شهادت نباشید
شما نمی‌توانید به حقیقت دست یابید اگر با شهادت نباشید
از اینرو ابتدا شهادت می‌آید
و بعد هر چیز دیگر به دنبال آن می‌آید.

شهامت چیست؟

در ابتدا تفاوت زیادی بین فرد با شهامت و فرد ترسو به چشم نمی‌خورد. تنها تفاوتشان این است که، شخص ترسو به ترسهایش گوش داده و از آنها تبعیت می‌کند، ولی شخص با شهامت آن ترسها را کنار می‌گذارد و به جلو می‌رود. انسان با شهامت علیرغم همه ترسها به سوی ناشناخته‌ها می‌رود.

شهامت یعنی رفتن به سوی ناشناخته‌ها علیرغم تمام ترسها. شهامت ترس بودن معنی نمی‌دهد. نترسی زمانی رخ می‌دهد که شخص در داشتن شهامت تداوم داشته باشد. در واقع نترسی، تجربه نهایی شهامت است: رایحه‌ای که از به مرحله کمال رسیدن شهامت حاصل می‌شود. اما در ابتدا تفاوت زیادی بین شخص با شهامت و شخص ترسو به چشم نمی‌خورد. تنها تفاوت این است که شخص ترسو به ترسهایش گوش می‌دهد و از آنها تبعیت می‌کند، ولی شخص با شهامت آن ترسها را کنار می‌گذارد و به جلو می‌رود. فرد با شهامت علیرغم همه ترسها به سوی ناشناخته‌ها می‌رود. او ترسها را می‌شناسد، ترسها سر جای خود هستند.

وقتی شما درون دریایی ناشناخته و کشف نشده پیش می‌روید، نظیر آنچه که کریستف کلمب انجام داد، ترس عظیمی وجود دارد، زیرا انسان نمی‌داند که چه چیز قرار است اتفاق بیفتد. ساحل سلامتی و

امنیت را ترک می‌کنید در حالی که کاملاً خوب و در مسیر صحیح بودید؛ ولی فقط یک چیز کم بود - ماجراجویی رفتن به سمت ناشناخته‌ها به انسان هیجان و شور می‌دهد. قلب دوباره شروع به تپش و لرزیدن می‌کند؛ دوباره زنده می‌شوید، کاملاً زنده. هر تازی از هستی شما زنده می‌شود زیرا مبارزه با ناشناخته‌ها را پذیرفته‌اید.

پذیرش مبارزه با ناشناخته‌ها، علیرغم تمام ترسها، شهادت است. ترسها سرجای خود هستند، اما اگر پذیرش مبارزه را بارها ادامه بدهید، کم‌کم آن ترسها ناپدید می‌شوند. تجربه شادی بخشی که ناشناخته‌ها می‌آورند، شور و سرمستی فوق‌العاده‌ای که همراه با ناشناخته‌ها واقع می‌شود، شخص را قوی می‌کند، و به انسان انسجام مشخصی می‌دهد، و کمک می‌کند که هشیاری انسان دقیق‌تر شود. برای اولین بار این احساس به انسان دست می‌دهد که زندگی خسته‌کننده و کسالت‌آور نیست بلکه یک ماجراجست. بتدریج ترسها محو می‌شوند؛ پس از آن همواره در جستجوی ماجراها هستید.

اما اصولاً شهادت، بخطر انداختن شناخته‌ها برای ناشناخته‌ها، آشنا برای ناآشنا، راحتی‌ها برای ناراحتی‌ها و سفری سخت و دشوار به مقاصد ناشناخته است. کسی هرگز نمی‌داند آیا قادر خواهد بود که این راه را به پایان برساند. درست مثل یک قمار، اما فقط قماربازها هستند که می‌دانند زندگی چیست.

فلسفه (The Tao) شهادت

زندگی به منطق شما گوش نمی‌دهد؛ او مسیر خودش را می‌رود؛ بدون هیچ مزاحمتی. مجبور هستید که به زندگی گوش بدهید؛ ولی زندگی به منطق شما گوش نمی‌دهد، و خودش را به دردسر هم نمی‌اندازد.

وقتی به سمت زندگی حرکت می‌کنید، چه می‌بینید؟ توفان عظیمی که می‌آید، درختان بزرگی که سقوط می‌کنند. بر طبق نظریه چارلز داروین، آنها باید زنده بمانند، زیرا آنها قویترین و قدرتمندترین هستند. به یک درخت قدیمی نگاه کنید، سیصد پا ارتفاع، و سه هزار سال عمر دارد. وجود این درخت با این شکل قدرت ایجاد می‌کند، و احساس توان و قدرت می‌دهد. میلیونها ریشه آن در داخل زمین پخش شده است، به داخل اعماق زمین رفته، و درخت با قدرت سرجای خودش ایستاده است. البته درخت با توفان مبارزه می‌کند و نمی‌خواهد که تسلیم شود - اما بعد از توفان، سقوط کرده است، مرده و دیگر زنده نیست، و همه آن شکوه و قدرت هم از بین رفته است. توفان خیلی شدید بود - توفانها همیشه شدید هستند، زیرا توفان از طرف کل می‌آید، ولی درخت منفرد و تنهاست.

در همین حال بعضی گیاهان کوچک و علفهای معمولی نیز هستند - موقعی که توفان می‌آید این علفها در مقابل او خم می‌شوند، و توفان نمی‌تواند هیچ آسیبی به آنها برساند. در نهایت پاکیزگی و تمیزی

خوبی نیز به گیاه می‌دهد، همین و بس؛ تمام آلودگی که روی آن گیاه نشسته بود شسته شده و رفته است. توفان گیاه را خوب شسته است و وقتی توفان تمام می‌شود، این گیاهان کوچک و علفها دوباره مستانه می‌رقصند. علف تقریباً ریشه‌ای ندارد، و حتی می‌تواند توسط یک بچه از خاک کنده شود، اما توفان در مقابل او شکست خورده است. چه اتفاقی افتاده است؟

چمن راه تائو (Tao) را رفته است، راه لائوتزو (Lao Tzu)، ولی درخت بزرگ راه چارلز داروین را طی کرده است. درخت بزرگ خیلی منطقی بوده است: تلاش کرده تا مقاومت کند، خواسته است که قدرت خودش را نشان بدهد. اگر سعی کنید که قدرت خود را نشان بدهید، شکست خواهید خورد. هیتلرها، ناپلئونها، اسکندرها مشابه آن درخت بزرگ هستند؛ درختان قوی. همه آنها شکست خواهند خورد. لائوتزوها مثل آن گیاهان کوچک هستند: هیچکس نمی‌تواند آنها را شکست بدهد زیرا آنها همواره آماده تسلیم هستند. چگونه می‌توانید کسی را که تسلیم است شکست بدهید، شخصی را که می‌گوید، «من از قبل شکست خورده‌ام»، کسی که می‌گوید، «قربان، از پیروزی‌تان لذت ببرید، دیگر نیازی به ایجاد دردسر نیست. من شکست خورده‌ام». حتی اسکندر در مقابل لائوتزو احساس بیهودگی می‌کند، و نمی‌تواند کاری انجام بدهد. این چیزی است که بارها اتفاق افتاده است؛ درست مثل آن...

یک مسالک (Sannyasin)، یک عارف به نام داندامیس (Dandamis)، در دوران اسکندر وجود داشت، زمانی که اسکندر در هندوستان بود. دوستان اسکندر موقعی که او عازم هندوستان بود به وی گفتند وقتی که از هندوستان برمی‌گردد یک سالک همراه خود بیاورد، زیرا چنین افراد نادری فقط در هندوستان یافت می‌شوند. آنها گفتند: «ما مایلیم پدیده سلوک (Sannyas) را دیده و بفهمیم یک سالک، واقعاً کیست».

اسکندر بقدری درگیر جنگ و نبرد بود که این موضوع را فراموش کرد، اما موقعی که برمی‌گشت، درست در مرزهای هندوستان، مسئله را بخاطر آورد. او داشت آخرین دهکده را ترک می‌کرد، بنابراین از سربازانش خواست که به دهکده رفته و در مورد احتمال وجود سالک در آن حوالی پرس و جو کنند. تصادفاً داندامیس در آن دهکده و در کنار رودخانه بود. مردم گفتند: «شما بپوئع آمدید. سالک زیاد هست، اما سالک واقعی همیشه نادر است، و حالا او اینجاست. می‌توانید دیدار ورود (Darshan) داشته باشید. بروید او را ببینید».

اسکندر خندید و گفت: «من اینجا نیامدم که دیدار ورود داشته باشم؛ سربازانم می‌روند و او را می‌آورند. من او را به پایتخت خود می‌برم».

روستاییان گفتند: «این کار آسان نیست...» اسکندر نمی‌توانست باور کند - چه مشکلی می‌توانست وجود داشته باشد؟ او به

اسکندر بعداً به دوستانش گفت: «سالکهای زیادی بودند که می توانستم بیاورم، اما آنها سالک به معنای حقیقی نبودند. ولی من با مردی برخورد کردم که واقعاً شخص نادری بود - و شما واقعاً درست شنیده بودید، او گل نادری است ولی هیچکس نمی تواند او را مجبور به کاری کند چرا که او از مرگ نمی ترسد. وقتی که کسی از مرگ نهراسد، چگونه می توانید چیزی را به او تحمیل کنید؟»

این ترس شماسست که شما را برده می سازد. وقتی که شما ترس باشید دیگر برده نخواهید بود؛ در واقع، این ترس شماسست که شما را وادار می کند دیگران را برده کنید قبل از آنکه آنها تلاش کنند از شما یک برده بسازند.

فردی که ترس باشد از هیچکس نخواهد ترسید و هیچکس هم از او نخواهد ترسید. ترس به طور کلی ناپدید می گردد.

راه قلب

کلمه شهادت خیلی جالب است. از ریشه لاتین Cor که به معنی «قلب» است می آید. بنابراین معنی شهادت زندگی کردن با قلب است. فقط اشخاص ضعیف هستند که با ترس زندگی می کنند و آنها یک چارچوب امنیتی اطراف خود ایجاد می کنند. ترسوها، همه پنجره ها و درها را با مفاهیمی مثل اندیشه ها، کلمات و تئوریه ها می بندند و درون

آن درها و پنجره های بسته، مخفی می شوند.

راه قلب راه شهادت است. زندگی کردن در عدم امنیت؛ زندگی کردن با عشق؛ اعتماد؛ حرکت در ناشناخته هاست؛ ترک کردن گذشته و اجازه دادن به آینده است. شهادت حرکت در راههای خطرناک است. زندگی پرمخاطره است، و فقط ترسوها هستند که از خطر پرهیز می کنند - اما بعد، مرده هایی که بظاهر زنده هستند. فردی که واقعاً زنده است، همیشه در ناشناخته ها سیر می کند. خطر وجود دارد ولی او نمی ترسد. قلب همیشه آماده خطر کردن است. قلب، یک قمارباز است.

سر، یک تاجر است. سر همیشه محاسبه می کند. او مکار است. ولی قلب اهل محاسبه نیست.

کلمه شهادت خیلی زیبا و جالب است. زندگی کردن با قلب کشف معانی است. یک شاعر با قلب زندگی می کند و در قلب شروع به گوش کردن صداهای ناشناخته می کند. ذهن نمی تواند گوش کند چون او از ناشناخته ها خیلی دور است. ذهن فقط پر از شناخته ها است.



قلب همیشه آماده خطر

کردن لسه، قلب، یک

قمارباز لسه.

سر، یک تاجر لسه، سر

همیشه محاسبه می کند. او

مکار لسه

فکر شما چیست؟ او همه آن چیزهایی است که شناخته‌اید. او آن چیزهای گذشته، مرده، و رفته است. فکر چیزی نیست جز انبوهی از گذشته‌ها، خاطره‌ها. قلب آینده است؛ قلب همیشه امید، و همیشه جاهایی در آینده است. سر راجع به گذشته فکر می‌کنند؛ و قلب درباره آینده رؤیا می‌بیند.

آینده قرار است که بیاید. آینده هنوز قرار است که واقع شود. آینده هنوز امکانی است — که می‌آید. هر لحظه آینده تبدیل به لحظه حال می‌شود و هر لحظه حال تبدیل به گذشته می‌شود. گذشته هیچ امکانی ندارد، او مصرف شده، از آن دور شده‌اید. گذشته فرسوده و مرده است؛ مثل یک گور. ولی آینده مثل یک بذر است؛ در حال آمدن، همواره در حال رسیدن و تلاقی با حال است. شما همواره در حال حرکتید. حال چیزی نیست جز حرکت به سوی آینده، آن گامی است که برداشته‌اید؛ و وارد آینده می‌شوید.

هرکسی در دنیا می‌خواهد که درست باشد، چرا که درست بودن شادی و نشاط زیادی به ارمغان می‌آورد — چرا یک نفر نادرست باید باشد؟ باید برای داشتن بیش و بصیرت کمی عمیق‌تر، شهامت داشته باشید: چرا می‌ترسید؟ دنیا چه کاری می‌تواند در مورد شما بکند؟ مردم می‌توانند به شما بخندند، آنها این کار را خوب انجام می‌دهند — خنده همیشه داروی سلامت بخشی است. مردم می‌توانند فکر کنند دیوانه‌اید... ولی بخاطر فکر آنها شما دیوانه محسوب نمی‌شوید.

اگر در مورد شادی، اشک و رفستان اصلاً
خواهند بود که
احتمالاً به کاروان شما پیوندند.
من خودم به تنهایی در این
نهادم، و بعد مردم آمدند و موضوع
به یک کاروان جهانی مبدل شد! من
هیچ کس را دعوت نکردم؛ بلکه
فقط آنچه را که احساس کردم از
قلبم می‌آید انجام داده‌ام.
مسئولیت من به سمت قلم
می‌باشد، نه به سمت هیچ کس.
دیگری در این دنیا، بنابراین
مسئولیت شما فقط به سمت و
سوی وجود خودتان باشد. به
جهت خلاف آن نروید، چون
برخلاف آن رفتن به مفهوم
خودکشی کردن و نابود کردن
خودتان است. چه چیزی به دست می‌آید

احترام بگذارند، و فکر کنند که فرد خیلی هوشیار و قابل احترام
مستند. هیچکدام از اینها وجود شما را تغذیه نمی‌کند. هیچکدام از آنها

۵۵

چرا می‌ترسید؟

دنیا چه کاری می‌تواند در

مورد شما بکند؟ مردم

می‌توانند به شما بخندند.

آنها این کار را خوب

انجام می‌دهند. خنده

همیشه داروی سلامتی

بخشی است.

بیشتر به زندگی شما و زیبایی فوق‌العاده آن نمی‌دهد.

چند میلیون نفر در دنیا قبل از شما زندگی کرده‌اند؟ حتی نام آنها را هم نمی‌دانید؛ چه زندگی کرده باشند چه نکرده باشند فرقی نمی‌کند. چه بسیار افراد مقدس، و قابل احترام و چه بسیار افراد عجیب و غریب و دیوانه بوده‌اند اما همه آنها ناپدید شده‌اند - و حتی از آنها ردپایی روی زمین باقی نمانده است.

تنها دغدغه شما باید این باشد که از آن کیفیتهایی که می‌توانید هنگام مرگ وقتی که ذهن و جسدتان نابود می‌شود با خود داشته باشید، مراقبت و محافظت کنید، زیرا این کیفیتها تنها همدم شما خواهند بود. اینها تنها ارزشهای واقعی هستند و مردمی که آنها را به دست می‌آورند - فقط زنده‌اند و بقیه فقط تظاهر به زنده بودن می‌کنند.

مأمورین K.G.B در یک شب تساریک در خانه یوسل فینکل‌استاین Yussel Finkelstein را زدند. یوسل در را باز کرد. مأمور K.G.B فریادی خشن برآورد: «آیا یوسل فینکل‌استاین اینجا زندگی می‌کند؟» یوسل گفت: «نه»، در حالی که با پیژانه نخ نما شده‌اش ایستاده بود.

«نه؟ پس اسم شما چیست؟»

«یوسل فینکل‌استاین.»

مأمور KGB او را به زمین انداخت و گفت: «گفتی که اینجا زندگی

نمی‌کند؟»

یوسل گفت: «شما به این زندگی کردن می‌گویید؟»

فقط زنده بودن زندگی کردن نیست. به زندگی‌ات نگاه کن؟ آیا می‌توانی آن را یک موهبت بنامی؟ آیا می‌توانی آن را یک هدیه بنامی، یک هدیه از طرف هستی؟ آیا دوست داری این زندگی مکرراً به تو داده شود؟

به قلب خودتان گوش کنید، هرگز مردد نخواهید شد آنوقت حرکت به سمت صحیح را آغاز می‌کنید، بدون اینکه فکر کنید چه چیزی درست است و چه چیزی غلط.

تمام هنر برای بشر جدید در رازگوش کردن هوشیارانه، و با دقت به قلب می‌باشد. آن را دنبال کنید، هرچاکه شما را می‌برد. بله، گاهی اوقات ممکن است به جاهایی پرخطر هم برسد ولی به یاد داشته باشید، که آن خطرها هم برای ساخته شدن شما لازم است. گاهی اوقات ممکن است شما را به بیراهه ببرد - اما توجه نمایید که این بیراهه رفتنهای بخشی از رشد شماست. بسیاری از اوقات می‌افتید - دوباره بلند می‌شوید، زیرا انسان با زمین خوردن‌ها و پرخاستن‌ها کسب قدرت می‌کند.

اما هرگز از قواعد و اصولی که از بیرون بر شما تحمیل می‌شود تبعیت نکنید. هیچ قانون تحمیلی نمی‌تواند درست باشد - زیرا که قوانین و مقررات به وسیله افرادی که می‌خواهند بر شما حکمرانی کنند



بودا، بوداسه و کریشنا،
کریشنا و شما هم خودتان
هستید
و در هر حال کمتر از
هیچکس دیگری نیستید.
برای خودتان احترام قائل
شوید، صدای درونی خود
را محترم شمرده و از آن
تبعیت کنید.

از مردان بسیار زیبای زمین را از دست می دادیم. یا اگر بودا پیروی از کریشنا می کرد، فقط یک نمونه ناچیزی می شد. وقتی به فلوت زدن بودا فکر کنیم! می بینیم که او مزاحم خواب خیلی از آدمها بود چون او نوازنده فلوت نبود. یا رقصیدن بودا! که خیلی مضحک، و بی معنی به نظر می رسید.

در مورد کریشنا هم همین موارد صادق بود. نشستن زیر یک درخت بدون فلوت، بدون تاجی از پهای طاووس، بدون لباس زیبا - فقط نشستن مثل یک گدا زیر درخت با چشمان بسته، نه کسی اطرافش برقصد، نه رقصی و نه آوازی و

کریشنا به نظر خیلی فقیر و مفلس می رسید. بودا، بوداست و کریشنا، کریشنا و شما هم خودتان هستید و در هر حال کمتر از هیچکس دیگری نیستید. برای خودتان احترام قائل شوید، صدای درونی خود را محترم شمرده و از آن تبعیت کنید.

... اسما البته بعضی اوقات ... در دلتا ... بودا، مسیح، کریشنا، ... آنها به دنیا قانون ارائه ... بلکه عشق خود را ارائه کردند. اما ... یا زود مریدان آنها ... و شرح به ساختن کما ... و رفتار و هدایت ... و رهبر از میان می رود، ... و روشنی هم می رود و ... تاریکی می مانند، لذا گروههایی درست می کنند یا ... در دستورات مشخص تا تبعیت کنند، زیرا نوری که در آن، ... به بینند دیگر وجود ندارد و حالا آنها باید متکی و وابسته به ... است و قوانین شوند.

... کسی ایمان داد نخواست قلب خودش بود و آنچه که ... می دهند نخواست قلبشان بسته. آنها مقلدان ... و ... به ... بود و به خدای خود توجه می کنند.

... بلکه همیشه اسمیل و بکر باشند. کسی ... این چیزی است که در تمام ... می نهند ... و کی می نازین.

... اگر اسمیل و بکر باشند و منظور ... به اسمیل و بکر باشند. فقط بهینید حقد. کریشنا یا بودا ... می کرد، ما یکی

به یاد داشته باشید که من تضمین نمی‌کنم که کاری که می‌گویم شما را همیشه به مقصد صحیحی هدایت می‌کند. خیلی از اوقات شما را به مقصد اشتباه نیز می‌برد زیرا برای رسیدن به در درست ممکن است در ابتدا درهای غلط زیادی زده شود. اگر تصادفاً در درست را پیدا کنید،

قادر نخواهید بود که درست بودن آن را تشخیص دهید. بنابراین به یاد داشته باشید، در محاسبه نهایی هیچ تلاشی بیهوده نیست؛ تمام تلاشها به اوج یافتن نهایی رشد شما کمک می‌کند.

بنابراین دو دل نباشید، نگران نیز نباشید که ممکن است اشتباه کنید. یکی از مشکلات این است که: مردم فکر می‌کنند چیزی را اشتباه نکنند، لذا دچار شک و تردید شده و تروسو می‌شوند، از اینکه کاری را غلط انجام بدهند

هراس داشته و از ادامه آن منصرف می‌شوند. حرکت نمی‌توانند بکنند چون بعضی چیزها ممکن است غلط انجام شود. بنابراین مثل صخره می‌شوند، و تمام تحرک خود را از دست می‌دهند.

مهر

هرتکب هر مقدار اشتباهی

که ممکن است به پشیمانی فقط

بیاد داشته باشید که یک

اشتباه را دوباره هرتکب

نشود. و شما رشد خواهید

کرد

مرتکب هر تعداد اشتباهی که ممکن است بشوید، فقط یک چیز را به یاد داشته باشید: یک اشتباه را دو بار مرتکب نشوید و رشد خواهید کرد. این جزئی از آزادی شماست که پیراهه بروید، این جزئی از شأن شماست که حتی در مقابل خدا قرار بگیرید بعضی اوقات زیباست که حتی مقابل خدا قرار بگیرید. در غیر این صورت میلیونها انسان، در دنیا بدون اراده و شهادت هستند. این طریقی است که بتوانید جرأت و شهادت پیدا کنید.

فراموش کنید تمام چیزهایی که به شما گفته شده است، «این درست است و این غلط»، زندگی ثابت نیست. چیزی که امروز درست است ممکن است فردا غلط باشد، و چیزی که در این لحظه غلط است ممکن است در دقایقی دیگر درست باشد. زندگی نمی‌تواند طبقه‌بندی شود؛ نمی‌توانید راحت بر آن پرچسب بچسبانید، که «این درست است و آن غلط». زندگی مغازه مواد شیمیایی نیست که روی هر ظرف پرچسب دارد و می‌دانید که هر کدام چیست. زندگی یک راز است: یک دقیقه یک چیزی مناسب است و درست درمی‌آید؛ دقیقه دیگر، آن چیز درست نیست.

تعریف من از درست چیست؟ آنچه که در هماهنگی با هستی است درست است، و آنچه که ناهماهنگ با هستی است غلط می‌باشد. باید در هر لحظه خیلی هوشیار باشید، چرا که هر لحظه برای خود جدید و تازه است. نمی‌توانید متکی به جوابهای آماده شده باشید یا

داستان ذن (Zen)

دو معبد بودند که رقیب هم بودند. رؤسای دو معبد - آنها اصطلاحاً رئیس بودند، ولی واقعاً باید کاهن می بودند - خیلی ضد هم بودند و به پیروانشان گفته بودند هرگز به معبد طرف دیگر نگاه نکنند. برای هر کدام از کاهنها پسری خدمت می کرد، تا چیزهای لازم را برایشان تهیه کند. کاهن معبد اول به خدمتکارش گفته بود: «هرگز با پسر معبد دیگر صحبت نکن. آنها مردم خطرناکی هستند. اما پسرها در عالم خود بودند. یک روز در جاده بهم برخوردند. پسرک معبد اول پرسید: «کجا می روی؟» آن یکی گفت: «هر کجا که باد مرا ببرد.» یک جمله پر مغز.

تائو (Tao) خالص و ناب.

پسرک معبد اول خیلی دستپاچه و ناراحت شد، و نمی دانست چه جوابی به او بدهد. ناراحت و عصبانی شد، و احساس گناه کرد... او با خود می گفت: «ارباب من گفت با این افراد حرف نزن. این افراد واقعاً خطرناکند. حالا، این چه نوع سؤالی است که آن پسر کرد؟ او مرا تحقیر کرده است.»

پسرک پیش اربابش رفت و ماجرا را تعریف کرد و گفت: «متأسفم که با او صحبت کردم. شما درست گفته بودید، آنها آدمهای عجیبی هستند. این چه نوع جوابی است؟ من از او سؤال کردم، کجا می روی؟ - یک سوال عادی و ساده - و می دانستم که به مغازه می رود،

اینکه چه چیزی درست است و چه چیزی غلط. فقط افراد احمق هستند که منکی به پاسخهای از پیش آماده اند چرا که بعداً نیازی به باهوش بودن نیست. و در این حالت نمی دانید که چه چیزی درست است و چه چیزی غلط، لذا می توانید فهرست مربوطه را حفظ کنید؛ این فهرست طولیل نیست.

ده فرمان - خیلی آسان! - می دانید چه چیزی درست است و چه چیزی غلط. اما زندگی دائماً در حال تغییر می باشد. اگر موسی برمی گشت، من فکر نمی کنم همان ۱۰ فرمان قبلی را می داد - او نمی توانست. پس از ۳۰۰۰ سال، چطور می توانست همان فرمانها را بدهد؟ او می باست چیزهای جدیدی ارائه می نمود.

اما درک من این است: هر وقت فرمانی داده می شود، مشکلات بسیاری برای مردم می کند چون وقتی آن فرامین داده می شوند از زمان عقب هستند. زندگی خیلی سریع پیش می رود؛ زندگی فعال و در حال حرکت است. - من نمی دانم. مثل آب استخر، واکنش می باشد بلکه مثل رود گنگد جاری است. زندگی هرگز در دو لحظه پایایی مشابه نیست. - من نمی دانم. من فکر می کنم در این لحظه درست باشد و در لحظه دیگر غلط.

پس چه باید کرد؟ تنها کار ممکن آن است که مردم را آگاه سازیم که خودشان بتوانند تصمیم بگیرند چطور به تغییرات زندگی پاسخ دهند.

فلسفه واقعی چیست. بنابراین پرسید: «کجا می‌روی؟» و منتظر جواب ماند...

اما پسر دوم گفت: «به بازار می‌روم سبزی بخرم، حالا با فلسفه‌ای که یاد گرفته بود چه باید می‌کرد؟ زندگی مثل همین داستان است. نمی‌توانید خود را برای آن آماده کرده، و حاضر باشید. این زیبایی زندگی است، شگفتی و اعجاب آن، همیشه شما را به سوی ناآگاهی‌ها می‌برد، همواره به صورت غیر مترقبه و عجیب به سوی شما می‌آید. اگر چشم داشته باشید خواهید دید که هر لحظه شگفتی است و هیچ پاسخ از قبل آماده‌ای را نمی‌توان برای آن بکار برد.

راه هوشمندی

هوشمندی زنده است، خودجوش است. آزاد و رهاست، حساس است. بدون تعصب و بی طرف است، شهادت عمل کردن صرفنظر از نتایج است و چرا من به آن شهادت می‌گویم؟ هوشمندی شهادت است زیرا هنگامی که بر اساس نتیجه عمل کنید نتیجه از شما حمایت می‌کند؛ نتیجه به شما امنیت، و سلامت می‌دهد. وقتی نتیجه را به خوبی می‌شناسید، می‌دانید که چگونه به آن برسید، خیلی خوب آن کار را انجام می‌دهید. ولی عمل صرفنظر از نتیجه یعنی عمل با حالت

همانطور که من داشتم آنجا می‌رفتم. اما او گفت، هرکجا که باد مرا ببرد.

کاهن گفت: «من تو را آگاه کردم، اما تو گوش ندادی. حالا گوش کن، فردا برو همانجای دیروز بایست. وقتی که آمد، سؤال کن، کجا می‌روی؟ او خواهد گفت، هر کجا که باد مرا ببرد. بعد کمی حالت فیلسوفانه بگیر و بگو، اگر پایی برای رفتن نداشتی، چطور؟ - چرا که روح مجرد از بدن است و باد روح را نمی‌تواند به هر جا ببرد - حالا چطور؟»

پسرک خواست خود را کاملاً آماده کند؛ تمام شب مدام تکرار کرد. صبح روز بعد او آنجا بود، درست در همان نقطه، و سر موقع پسرک دیگر آمد. پسرک معبد اول خیلی خوشحال بود، حالا می‌خواست به او نشان دهد که



هر وقت فرمانی داده
من شود، مشکلات بسیاری
برای مردم ایجاد می‌کند
چون وقتی آن فرمان
داده می‌شوند از زبان مقب
هستند زندگی خیلی سریع
پیش می‌رود؛ زندگی فعال
و در حال حرکت است، و
ساکن نیست.

مفهوم هست، هیچ نوع خدمات و سببی در کار نخواهد بود- امکان دارد

... به یاد کپی ... شده است

... می که خدمتگر به کتب

حقیقت است- نامه آمادگی آوردن به

نشان دادن را نیز در نامه باشد به یاد

خود به مظهر شود- باشد ممکن

... اما این راه

... به خدمتگر

... به کسی به نام

کسی به نام ... به ارشاد اصلی

خارج شود- به می شود که چگونه

به حفظ آوردن ... اشتباهات

... به یاد می گیرد که اشتباه

... به چگونه به یاد می

کردن ... به یاد می

... به خدمتگر

... به یاد می

... به یاد می

چرا

به اورنگتاب اشتباهات

زیاده تر یاد می گیرد که

نقشه ای چیست و چگونه

باید از آن پرهیز کرد یا

اشد ختن اشتباهات، فرد به

آنچه که حقیقت است

نزدیکتر می شود- این یک

کشف شخص است

نفس سوئید به نتیجه که

... به یاد می

باشد

شما بدون ذهن متولد شده اید، بلکه از

قلبان شود، زیرا در این دنیا

شده اید، پس ذهن نشاء که

بلکه در انسان نشاء می شود

می توانی از ذهن ... به یاد می

طبیعی جدا شود، اما در آنچه که

بگیرد می تواند جدا شود

... به یاد می

بلکه حقایق را از کار ... به یاد می

اساس است- علم یعنی فکر فلسفه

به معنی فکر نیست- رویکرد

مذهب صمیمی بر است- شما

را کنار می گذارد، شما را به یاد

فکر نمی کنید که سچا نیست

دور، بلکه با واقعیت رود، و

نوع دیگری از شناخت وجود دارد

تأمید، بیشتر شبیه عشق است

دانش برای پیانتش کافی نیست

در تاریخ گاهی پسر ... به یاد می

ترکیبی از علم و مذهب بود، چنانچه

است. بنابراین فکر هرگز اصیل نیست.

رسیدن به واقعیت به صورت اصیل و بکر، بدون هیچ واسطه‌ای
— رسیدن به واقعیت، گویی تنها فرد موجود در جهان هستید — به
مفهوم رهایی است.

حقیقت یک تجربه است، نه یک اعتقاد. حقیقت هرگز با مطالعه آن
به دست نمی‌آید؛ با حقیقت باید مواجه شد. کسی که راجع به عشق
مطالعه می‌کند مثل کسی است که راجع به هیمالیا با نگاه کردن به نقشه
کوهها مطالعه کند. نقشه، کوه نیست! و اگر نقشه را باور کنید، کوه را از
دست خواهید داد. اگر ذهن خود را با نقشه پر کنید، ممکن است که کوه
درست جلوی شما باشد، اما هنوز نتوانید آن را ببینید.

همین گونه است. کوه جلوی شماست، اما چشمان شما پر از
نقشه است — نقشه‌های کوه، نقشه‌هایی درباره همان کوه، که کاشفین
مختلف تهیه کرده‌اند. یکی از سمت شمال کوه صعود کرده، دیگری از
سمت شرق. آنها نقشه‌های مختلفی تهیه کرده‌اند: انجیل، گیتا (Gita) —
نقشه‌های مختلف از یک حقیقت واحد. اما آنقدر پر از نقشه شده‌اید،
آنقدر وزنشان بر شما سنگینی می‌کند؛ که حتی یک اینچ هم قادر به
حرکت نیستید. نمی‌توانید کوهی را که درست جلوی شما قرار دارد
ببینید، برف بکر روی قله، هنگام درخشش خورشید صبحگاهی مثل
طلا برق می‌زند. شما چشمی ندارید که آن را ببینید.

چشم تعصب‌آلود کور است، قلبی که سرشار از تصمیمها و

بعد از جادو فلسفه رشد کرد. از فلسفه نیز علم پدیدار شد. جادو هم
ذهن و هم بی‌ذهنی بود. فلسفه فقط ذهن بود. و علم محصول مشترک
ذهن بعلاوه آزمایش بود. مذهب حالتی از بی‌ذهنی است.

مذهب و علم دو رویکرد به واقعیت هستند. علم از طریق ثانوی
به واقعیت نزدیک می‌شود؛ مذهب مستقیم می‌رود. علم رویکرد غیر
مستقیم است؛ مذهب رویکرد فوری است. علم می‌چرخد و می‌چرخد؛
مذهب به سادگی به قلب واقعیت نفوذ می‌کند.

قدری چیزهای دیگر... تفکر فقط راجع به آنچه که قبلاً شناخته
شده فکر می‌کند — در واقع چیزی را که قبلاً جوییده شده است، می‌جود.
فکر هیچوقت اصیل نیست. چگونه می‌توانید راجع به ناشناخته‌ها فکر
کنید؟ آنچه که می‌توانید درباره‌اش فکر کنید در محدوده شناخته‌ها قرار
دارد. می‌توانید فکر کنید فقط به دلیل اینکه می‌دانید. در نهایت، فکر
می‌تواند ترکیب جدیدی به وجود بیاورد. می‌توانید راجع به اسبی که از
طلا ساخته شده و در آسمان پرواز می‌کند فکر کنید، ولی این مطلب
جدیدی نیست. شما پرندگانی که در آسمان پرواز می‌کنند را
می‌شناسید، طلا و اسب را هم می‌شناسید؛ حالا این سه عامل را ترکیب
می‌کنید. در نهایت، فکر می‌تواند ترکیب جدیدی را تصور کند، اما از
ناشناخته‌ها نمی‌تواند آگاه شود. ناشناخته‌ها در ماورای آن قرار دارد.
بنابراین فکر در حلقه‌ای چرخ می‌زند، مکرراً دنبال شناختن چیزهایی
است که قبلاً شناخته شده‌اند. دنبال جوییدن چیزهای جوییده شده

نتیجه گیریهاست مرده است. هوشمندی شما با وجود پیش فرضهای متعدد، تیزی، زیبایی و قدرتش را از دست می دهد. تیره و گنگ می شود.

حی

چشم تعصب نکود کور

نست، قلبی که مرشاق

از تمسجیها و

نتیجه گیریهاست مرده

نست هوشمندی شما با

وجود پیش فرضهای

متعدد، تیزی، زیبایی و

قدرتش را از دست می دهد.

تیره و گنگ می شود.

هوشمندی تیره و گنگ،

دانش ناهیده می شود.

هوشمندی تیره و گنگ، دانش (intellect) ناهیده می شود. آن افراد به اصطلاح روشنفکر در واقع هوشمند نیستند، بلکه صاحب دانش اند. دانش مثل یک لاشه است. می توانید آن را تزیین کنید - می توانید آن را با سرواریدهای بزرگ، الماسها و زمردها تزیین کنید اما لاشه، همچنان یک لاشه است. زنده بودن کاملاً مقوله متفاوتی است.

علم به مفهوم قطعی بودن است؛ قطعیتی درباره حقایق. و اگر درباره حقایق خیلی قطعی باشید، نمی توانید راز را احساس کنید - هرچه بیشتر قطعی باشید، راز

بیشتری محو می شود. راز نیازمند ابهام قطعی و مسلمی است؛ چیزی نامشخص و نامعلوم. علم مبتنی بر واقعیات است؛ راز اینطور نیست، راز، وجودی است.

یک واقعیت فقط بخشی از هستی است، یک بخش خیلی کوچک، و علم فقط به بخشی می پردازد زیرا سر و کله زدن با حسیها راحت تر است. آنها کوچکترند، می توان آنها را تجزیه و تحلیل کرد؛ در آنها غرق نمی شوید، آنها را در دستانتان می گیرید. می توانید آنها را موشکافی کنید، طبقه بندی کنید، می توانید کاملاً از کیفیتشان، کمیتشان و امکاناتشان مطمئن شوید - اما در این فرآیند، راز از بین می رود. علم قاتل راز است.

اگر می خواهید راز را تجربه کنید، باید از دریگری وارد شوید، از یک بُعد کاملاً متفاوت. بُعد ذهن، بُعد علم است، ولی بُعد مراقبه حیرت انگیز است، راز است. مراقبه همه چیز را نامعین و نامعلوم می کند. مراقبه شما را به سوی ناشناخته ها می برد. مراقبه آهسته آهسته شما را به نوعی جذبه هدایت می کند، جایی که شاهد و

حی

علم قاتل راز است؛ اگر

واقعاً بخواهید راز را تجربه

کنید باید از دریگری وارد

شوید، از یک بُعد کاملاً

متفاوت

مشهود یکی می شوند. حالتی که در علم غیر ممکن است. در علم شاهد مجبور است شاهد باشد و مشهود نیز به همین نحو، و بین این دو باید همیشه مرز مشخصی وجود داشته باشد. حتی برای یک لحظه نباید خودت را فراموش کنی؛ حتی برای یک لحظه نباید مجذوب، مقهور و عاشق شوی. باید فاصله‌ات را حفظ کنی و خیلی خونسرد باشی — خونسرد و کاملاً بی تفاوت. این بی تفاوتی قاتل راز است.

اگر واقعاً بخواهی راز را تجربه کنی، باید در هستی خود دریچه جدیدی باز کنی. من نمی گویم که از دانشمند شدن خودداری کنی؛ بلکه به سادگی می گویم که علم می تواند یک فعالیت فرعی برای تو باشد. وقتی در آزمایشگاه هستی دانشمند باش، اما هنگامی که از آزمایشگاه بیرون می آیی همه چیز را درباره علم فراموش کن. به آواز پرنده ها گوش کن — اما نه به روش علمی! به گله ها نگاه کن — ولی نه به روش علمی، زیرا زمانی که به یک گل سرخ از دید علمی نگاه می کنی آن گل کاملاً چیز متفاوتی خواهد بود. در واقع آن همان گل سرخی نیست که یک شاعر تجربه می کند.

تجربه بستگی به موضوع ندارد. تجربه به تجربه کننده و به کیفیت تجربه بستگی دارد.

با نگاه کردن به گل، گل شوی، دور گل برقصید، آواز بخوانید. نسیم خنک، خورشید گرم و گل در بهترین حالت خود. گل با پاد می رقصد، شادمانی می کند، آهنگ می خواند، تسبیح خدا را می نماید.

با گل سهیم شوید! بی تفاوتی، بی علائقی و بی اعتنائی را رها کنید. تمام گرایشات علمی خود را رها کنید. جاری شوید، روان تر و یکپارچه تر. بگذارید گل یا قلبتان سخن بگوید، بگذارید گل وارد وجودتان شود. او را دعوت کنید — او یک مهمان است! در این حالت قدری مرز راز را خواهید چشید.

این اولین قدم به طرف راز است، و اگر بتوانید در آن لحظه سهیم شوید، کلید مربوطه، راز مرحله نهایی را شناخته اید. حالا سعی کنید در هر کاری که انجام می دهید سهیم شوید. وقتی راه می روید، آن را به شکل مکانیکی انجام ندهید — خود راه رفتن باشید. وقتی می رقصید، به صورت تکنیکی آن را انجام ندهید؛ تکنیک در اینجا بی ربط است. شاید از نظر تکنیکی رقص را درست انجام دهید ولی تمام لذت رقص را از دست می دهید. خودتان را در رقص حل کنید، خود رقص باشید، رقصنده را فراموش کنید.

زمانی که چنین یکپارچگی و یگانگی عمیقی در بسیاری از مراحل زندگی تان اتفاق بیفتد، زمانی که همه چیز در پیرامونتان چنین تجربه عظیمی از محوشدن، بی خودشدن، هیچ شدن را شروع نماید... زمانی که گل آنجاست و تو نیستی، رنگین کمان آنجاست و تو نیستی... زمانی که ابرها در آسمان گردش می کنند، و تو نیستی... زمانی که با حداکثر توجه سکوت محض حاکم است — زمانی که کسی در شما نیست، جز یک سکوت خالص، سکوتی بکر، بدون آشفته گی، بدون

اضطراب ناشی از منطق، فکر، هیجان، احساس - آن زمان لحظهٔ مراقبه است. ذهن رفته، و زمانی که ذهن می‌رود راز تجلی می‌یابد.

راه اعتماد

اعتماد بزرگترین هوشمندی (intelligence) است.

چرا مردم اعتماد نمی‌کنند؟ زیرا آنها به هوشمندی خودشان اعتماد

ندارند. آنها می‌ترسند، از آن می‌ترسند که ممکن است فریب بخورند. آنها می‌ترسند؛ و این است که دچار شک و تردید می‌شوند. شک و تردید ناشی از ترس است. شک و تردید ناشی از نوعی عدم اطمینان به هوشمندی خودتان است. خیلی مطمئن نیستید که می‌توانید اعتماد کنید و در اعتماد غرق شوید. اعتماد به هوشمندی زیاد، شهادت و انسجام نیاز دارد. در واقع ورود به مرحلهٔ اعتماد به قلب بزرگی نیاز دارد. اگر

محر

چرا مردم اعتماد

نمی‌کنند؟ زیرا آنها به

هوشمندی خودشان اعتماد

ندارند.

آنها می‌ترسند؛ از آن

می‌ترسند که ممکن است

فریب بخورند.

به اندازهٔ کافی هوشمندی نداشته باشید، خودتان را با توسل به شک و تردید محافظت می‌کنید.

اگر هوشمند باشید، آنوقت آمادگی ورود به درون ناشناخته‌ها را دارید زیرا می‌دانید که حتی اگر تمام دنیای شناخته شده ناپدید شود و شما در میان ناشناخته‌ها باقی بمانید، قادر هستید که مسائلتان را حل کنید. قادر هستید که در بین آن ناشناخته‌ها برای خودتان مأوایی بسازید. به هوشمندی خود اعتماد می‌کنید. شک و تردید یک حالت تدافعی است؛ در حالی که هوشمندی خود را آزاد و رها نگه می‌دارد زیرا هوشمندی می‌داند که: «هر آنچه که اتفاق بیفتد، من قادرم که مبارزه را انجام دهم، و به طور مقتضی جوابگو باشم». ذهن معمولی و میان حال به خودش اعتماد ندارد. دانش (knowledge)، معمولی و پیش پا افتاده است.

فرار دانش در حالت خروج از عقل، هوشمندی است. این حالت، آگاهی (awareness) است - و غیر فزاینده است. هر لحظه‌ای که واقع می‌شود ناپدید می‌شود؛ و هیچ ردی پشت سرش باقی نمی‌گذارد. لحظهٔ دیگر دوباره از آن زاده می‌شود، خالص، و باز معصوم، مثل یک بچه.

سعی نکن که زندگی را بفهمی. زندگی کن. سعی نکن که عشق را بفهمی. به سمت عشق حرکت کن. آنگاه خواهی دانست - و آن دانستن از تجربه‌ات ناشی خواهد شد. این دانستن هرگز راز زندگی را نابود نمی‌کند: هرچه بیشتر بدانی، بیشتر می‌فهمی که چیزهای بیشتری برای

دانستن وجود دارد.

زندگی یک مشکل نیست. نگرش به زندگی به صورت یک مشکل در واقع به مفهوم برداشتن گام اشتباه است؛ رازی است که باید زندگی شود، عشق ورزیده شود و تجربه شود.

در واقع، ذهنی که همواره دنبال توضیحات است یک ذهن ترسو است. زیرا به دلیل ترس بزرگ می‌خواهد که هر چیزی توضیح داده شود. نمی‌تواند به سمت چیزی برود مگر اینکه آن چیز قبلاً برایش توضیح داده شود. با گرفتن

توضیحات احساس می‌کند که حالا محیط آشناست؛ حالا جغرافیای می‌داند، حالا می‌تواند با نقشه و کتاب راهنما و جدول زمانی حرکت کند. هرگز آمادگی ندارد که در یک سرزمین ناشناخته و کشف نشده، بدون نقشه و راهنما حرکت کند. اما زندگی شبیه همین مثال است، استفاده از هیچ نقشه‌ای نیز ممکن نیست زیرا زندگی مدام در حال تغییر است. هر لحظه آن همین الان است. هیچ چیز در زیر تابش انوار



زندگی یک مشکل نیست

نگرش به زندگی به صورت

یک مشکل به منزله گام

اشتباه برداشتن است

رازی است که باید زندگی

شود، عشق ورزیده شود و

تجربه شود

خورشید کهنه نیست، من به شما می‌گویم: هر چیزی جدید است. زندگی یک پویایی عظیم و فوق‌العاده است، یک حرکت مطلق. فقط تغییر است که دائمی است، فقط تغییر است که تغییر نمی‌کند.

هر چیز دیگری دچار تغییر می‌شود، بنابراین نمی‌توانید نقشه‌ای داشته باشید؛ موقعی که نقشه آماده می‌شود دیگر خارج از رده شده است. موقعی که نقشه در دسترس شماست دیگر فایده‌ای ندارد، و زندگی رد پایش را تغییر داده است. زندگی بازی جدیدی را شروع کرده است. نمی‌توانید با نقشه، حریف زندگی شوید زیرا زندگی قابل اندازه‌گیری نیست، و نمی‌توانید از طریق مشاوره با کتابهای راهنما حریف زندگی شوید زیرا کتابهای راهنما زمانی به درد می‌خورند که همه چیز ثابت باشد. ولی زندگی را کد نیست - یک پویایی است، یک فرآیند است. نمی‌توانید نقشه‌ای از زندگی داشته باشید. زندگی قابل اندازه‌گیری نیست، یک راز غیر قابل اندازه‌گیری است. دنبال یافتن توضیحات نباشید.

این چیزی است که من آن را بلوغ ذهن (maturity of mind) می‌نامم: موقعی که شخصی به نقطه‌ای می‌رسد که به زندگی بدون هیچ سؤالی نگاه می‌کند، براحتی به داخل زندگی با شهامت و بدون ترس شیرجه می‌رود.

تمام دنیا پر از مردم مذهبی‌نماست (psudoreligious) - کلیساها، معابد، گورو دواراها (gurdwaras) و مساجد پر از مردم

نهمیده‌اید. تا زمانی که آگاه نشوید، آزاد و رها نخواهید شد. آگاهی، آزاد می‌کند، و فقط آگاهی است که آزادی ایجاد می‌کند. تمام اعتقادات قرضی هستند؛ و دیگران آنها را به شما داده‌اند، آنها شکوفایی خود شما نیستند. چگونه

یک چیز قرضی شما را به سمت حقیقت هدایت می‌کند، به سوی حقیقت مطلق؟ چیزهایی که از دیگران گرفته‌اید به دور اندازید.

بهتر است یک مستمند و گدا باشید تا یک فرد ثروتمند - ثروتمند نه به

دلیل آنسجه که خودتان کسب کرده‌اید بلکه ثروتمند با چیزهای دزدیده شده؛ ثروتمند توسط

چیزهای قرضی، ثروتمند به طریق سنت، و ثروتمند از طریق میراث.

نه، بهتر است یک گدا باشید تا اینکه متعلق به دیگری باشید. آن

نقر یک بسی‌نیازی و ثروت در خودش دارد زیرا که واقعی است.

ولی ثروت اعتقادی شما خیلی فقیر

می

این چیزی است که من

آن را بلوغ ذهن می‌نامم.

موقعی که شخص به

نقطه‌ای می‌رسد که به

زندگی بدون هیچ سؤالی

آگاه می‌کند، به سادگی

به‌داخل زندگی با

شهادت و بدون ترس

شیرجه می‌رود

مذهبی هستند. آیا نمی‌بینید که دنیا مطلقاً غیر مذهبی است؟ با این همه مردم مذهبی، دنیا مطلقاً غیر مذهبی است - چطور این معجزه واقع می‌شود؟ تک تک افراد مذهبی هستند ولی کل غیر مذهبی است. چنین مذهبی کذب است. مردم اعتماد را در خودشان «کاشته‌اند». و این اعتماد تبدیل به اعتقاد شده است، و نه یک تجربه. به آنها یاد داده شده که اعتقاد داشته باشند، و به آنها یاد داده نشده که بدانند - آنجاست که انسان گم شده است.

هرگز باور نکن. اگر نمی‌توانی اعتماد کنی بهتر است که شک داشته باشی، زیرا حداقل از طریق شک، روزی امکان اعتماد پدید خواهد آمد. در عین حال نمی‌توانید تا ابد با شک زندگی کنید. شک و تردید یک بیماری است؛ یک مرض است. در شک و تردید هرگز احساس رضایت نمی‌کنید؛ در شک و تردید همواره لرزان خواهید بود؛ در حالت شک همیشه در اضطراب و دلهره و تردید خواهید بود؛ در شک و تردید در کابوس خواهید ماند. نهایتاً یک روز مترصد خواهید شد که چطور از این حالت خارج شوید. من می‌گویم بهتر است یک ملحد (atheist) بود تا تظاهر به خداپرستی کرد.

به شما یاد داده شده که معتقد باشید - از دوران طفولیت، ذهن هرکس طوری تربیت شده که معتقد باشد: اعتقاد به خدا، اعتقاد به روح، اعتقاد به این و اعتقاد به آن. آن اعتقاد وارد گوشت و پوست و استخوان شما شده، اما آن فقط یک باور و اعتقاد است - شما چیزی

لذا به خاطر بسپارید، یک اختلاف بزرگ بین اعتماد و اعتقاد وجود دارد. اعتماد یک مسئله شخصی است؛ در حالی که اعتقاد یک مسئله اجتماعی است. با داشتن اعتماد رشد می‌کنید؛ ولی با اعتقاد درجا می‌زنید، هرکسی که باشاید، و اعتقاد می‌تواند بر شما تحمیل شود. اعتقادات را رها کنید. البته ترس وجود خواهد داشت - زیرا اگر اعتقاد را رها کنید، شک و تردید شروع می‌شود. هر اعتقادی شک و تردید را مجبور می‌کند که در گوشه‌ای مخفی شود، و آن را سرکوب می‌کند. در این باره نگران نباشید؛ اجازه بدهید که شک و تردید بیاید. هر کسی لازم است که از شب تاریک عبور کند قبل از اینکه به طلوع آفتاب برسد. هرکسی باید از شک و تردید عبور کند. سفر طولانی است، و شب هم تاریک است. اما وقتی بعد از سفر دراز و شب تاریک صبح می‌دمد، آنوقت می‌فهمید که همه‌اش ارزنده بوده است.

اعتماد نمی‌تواند «کاشته شود» - و هرگز سعی نکنید که آن را بکارید؛ این چیزی است که توسط تمامی آدمها انجام شده است. اعتماد کاشته شده تبدیل به اعتقاد می‌شود. اعتماد را در درون خودتان کشف کنید، آن را نکارید. در عمق وجود خودتان وارد شوید، به منبع هستی خود، و آن را کشف کنید.

پرسش نیازمند اعتماد است، زیرا به سمت ناشناخته‌ها می‌روید. به اعتماد و شهادت عظیمی نیاز دارد زیرا در حال دور شدن از سنتها و رسومات هستید؛ در حال دور شدن از جمع هستید. به سمت دریای باز

است. اینطور اعتقادها هرگز نمی‌توانند خیلی به عمق بروند؛ آنها حداکثر در یک حالت عمیق پوستی باقی می‌مانند. اگر کمی خراشان بدهید، از آنجا بی اعتقادی بیرون می‌زند.

شما به خدا اعتقاد دارید؛

ناگهان وضعیت شغلی‌تان خراب می‌شود و آنجا بی اعتقادی، معلوم می‌شود. آنوقت می‌گویید: «من اعتقاد به چیزی ندارم، من نمی‌توانم به خدا معتقد باشم». ظاهراً به خدا معتقد هستید ولی وقتی محبوبتان می‌میرد، بی اعتقادی آشکار می‌شود. شما به خدا اعتقاد دارید و با

مرگ محبوبتان اعتقاداتان هم از بین می‌رود. پس این اعتقاد زیاد نمی‌ارزد. اعتماد هرگز نمی‌تواند نابود شود - مادامی که وجود دارد، هیچ چیزی نمی‌تواند آن را نابود کند. هیچ چیز و مطلقاً

هیچ چیز نمی‌تواند آن را از بین ببرد.



تمام اعتقادات قرصی

هستند؛ و دیگران آنها را

به شما داده‌اند، آنها

شکوفایی خود شما

نیستند.

چگونه یک چیز قرصی

شما را به سمع حقیقت

هدایت می‌کند؟

و گسترده‌ای می‌روید در حالی که نمی‌دانید آیا ساحل دیگری وجود دارد یا خیر.

من نمی‌توانم شما را به سمت چنین پرسشی بفرستم بدون آماده کردن شما به اینکه اعتماد داشته باشید. ظاهراً اینها متضاد به نظر می‌رسند، اما چه می‌توان کرد؟ - زندگی ایستوری است. فقط انسانهای با اعتماد عظیم قادر هستند که شک بزرگ، پرسش بزرگ داشته باشند.

یک نفر با اعتماد ناچیز فقط می‌تواند شک ناچیزی داشته باشد. کسی که فاقد اعتماد است فقط می‌تواند وانمود کند که شک می‌کند. ولی عمیقاً پرسشی ندارد. عمق از طریق اعتماد حاصل می‌شود - البته این یک ریسک است. قبل از اینکه شما را به طرف یک دریای ناشناخته بفرستم،



اعتماد یک هسته
شخصی است؛ در حالی که
اعتماد یک هسته
اجتماعی است. شما با
اعتماد رشد می‌کنید ولی با
اعتماد درجا می‌زنید،
هرکسی که باشید، و اعتماد
می‌تواند بر شما تحمیل
شود. اعتماد را
رها کنید

مجبورم شما را برای این سفر بسیار بزرگ که در آن باید تنها عازم شوید آماده کنم - اما می‌توانم شما را به طرف قایق هدایت کنم. ابتدا باید در سارّه زیبایی اعتماد و شور و شغف راه قلب، آگاهی پیدا کنید - بنابراین وقتی به سوی اقیانوس باز و گسترده حقیقت می‌روید به اندازه کافی شهادت دارید تا در مسیر باقی بمانید. هرچه که اتفاق بیفتد شما به اندازه کافی به خودتان اعتماد دارید.

نگاه کنید: چطور می‌توانید به کسی یا چیزی اعتماد کنید در حالی که به خودتان اعتماد ندارید؟ این غیر ممکن است. اگر به خودتان شک داشته باشید چطور می‌توانید اعتماد کنید؟ این شما هستید که به طرف اعتماد می‌روید، و وقتی به خودتان اعتماد ندارید - چگونه می‌توانید به اعتماد خودتان اعتماد کنید؟



یک نفر با یک اعتماد
ناچیز فقط می‌تواند شک
ناچیزی داشته باشد. کسی
که فاقد اعتماد است فقط
می‌تواند وانمود کند که
شک می‌کند. ولی عمیقاً
پرسشی ندارد. عمق از
طریق اعتماد حاصل
می‌شود - البته این یک
ریسک است.

شما را مالک شده‌اند. ممکن است یکی از آنها در مورد شما دعوا کرده و در دعوا پیروز شده و حالا شما در مالکیت او قرار دارید....

من سابقاً یک گدایی را نزدیک دانشگاه می‌دیدم؛ اما یک روز او را در منطقه بازار دیدم. او همیشه نزدیکهای دانشگاه بود، زیرا افراد جوان سخاوتمندتر هستند؛ ولی افراد مسن بتدریج خسیس‌تر و ترسو‌تر می‌شوند. مرگ که نزدیک می‌شود، به نظر می‌رسد که پول تنها چیزی است که کمک کننده است. زیرا اگر پول داشته باشند دیگران ممکن است به آنها کمک کنند، ولی اگر پول نداشته باشند حتی پسرها و دخترانشان نیز خودشان را برای آنها به زحمت نمی‌اندازند. اما افراد جوان می‌توانند ولخرج باشند. آنها جوان هستند، می‌توانند دوباره پول بدست بیاورند؛ زیرا هنوز زندگی درازی را در پیش دارند.

در هر حال آن گدا یک گدای ثروتمند بود. در هندوستان فردی وارد دانشگاه می‌شود که فقط از یک خانواده ثروتمند باشد؛ والا خیلی سخت است. تعداد کمی از افراد فقیر وارد دانشگاه می‌شوند، اما مسیری دردناک و سخت و دشوار است. خود من نیز از یک خانواده فقیر بودم. تمام طول شب به عنوان سردبیر یک روزنامه کار می‌کردم و روزها به دانشگاه می‌رفتم. برای سالیان متمادی بیشتر از سه یا چهار ساعت در شبانه‌روز نمی‌توانستم بخوابم - آن هم هر زمانی که فرصت می‌شد، صبح یا شب.

گدای فوق‌الذکر خیلی قوی بود. هیچ گدای دیگری نمی‌توانست

لذا کاملاً ضروری است قبل از اینکه خرد (intellect) به هوشمندی (intelligence) تبدیل شود، قلب گشوده شود. این اختلاف بین خرد و هوشمندی است.

هوشمندی همان خرد است وقتی که خرد با قلب شما منطبق و هماهنگ است.

قلب می‌داند چگونه اعتماد کند. خرد نیز می‌داند چگونه جستجو و بررسی کند.

یک داستان شرقی قدیمی:

دو نفر گدا در خارج از یک دهکده زندگی می‌کردند. یکی از اینها کور بود، دیگری پا نداشت. یک روز جنگلی که نزدیک دهکده بود و اینها در آن زندگی می‌کردند، آتش گرفت. آن دو نفر گدا در حفره خودشان که گدایی از یک تعداد آدم معلوم و مشخص در آن دهکده بود، پاهم رقابت داشتند - لذا همیشه از همدیگر عصبانی بودند. آنها نه تنها دوست نبودند، بلکه دشمن هم بودند.

مردم در حرثه‌های مشابه نمی‌توانند دوست هم باشند. این خیلی مشکل است زیرا اینجا مسئله رقابت و مسئله مشتری است - مسئله گرفتن مشتری همدیگر است. گداها مشتریان خودشان را علامت‌گذاری می‌کنند؛ و به خاطر داشته باش این شخص مشتری من است؛ برایش مزاحمت ایجاد نکن. شما نمی‌دانید که به کدام گدا تعلق دارید، کدام گداست که شما در تملک او قرار دارید، اما گداها در خیابان

داخل خیابان دانشگاه شود، حتی ورود قدغن بود. هر کس می دانست که منطقه دانشگاه به آن گدا تعلق دارد! یک روز تصادفاً دیدم که مرد جوانی آنجاست؛ و از آن گدای پیر خبری نیست. من از آن مرد جوان سوال کردم: «چه اتفاقی افتاده و آن مرد پیر کجاست؟»

او گفت: «پیرمرد پدر خاتم من است، و منطقه دانشگاه را به عنوان هدیه به من داده است.» حالا دانشگاه نمی دانست که مالکیت عوض شده و شخص دیگری مالک آن شده است. مرد جوان گفت: «من با دختر آن پیرمرد گدا ازدواج کرده‌ام.»

در هندوستان وقتی شما با دختری ازدواج می کنید خانواده دختر جهیزیه می دهد. پدر زن شما باید هدیه ای بدهد، اگر ثروتمند باشد، یک اتومبیل، یا یک خانه ویلایی، و اگر خیلی ثروتمند نباشد یک موتور وسپا. و اگر نه، حداقل یک دوچرخه، اما بالاخره مجبور است چیزی بدهد - یک رادیو، یک دستگاه ترانزیستوری، یک تلویزیون - و یا مقداری پول نقد. اگر خیلی هم ثروتمند باشد امکانی برای دامادش ایجاد می کند که به خارج رفته، تحصیل کند و یک شخص تحصیل کرده تری شود، یک دکتر، یک مهندس - و تمام هزینه هایش را می پردازد.

دختر آن گدا ازدواج کرده بود و به عنوان جهیزیه تمام دانشگاه به آن مرد جوان داده شده بود. پسر جوان گفت: «از امروز این دانشگاه و این خیابان به من تعلق دارد و پدرزنم تمام مشتریانم را به من نشان داده

است.»

در هر حال من آن پیرمرد را در منطقه بازار دیدم و به او گفتم: «آقرین! شما کار خوبی در رابطه با دادن جهیزیه انجام داده اید.» پیرمرد پاسخ داد: «بله، من فقط یک دختر داشتم و می خواستم کاری برای دامادم انجام بدهم. من به او بهترین جا را برای گدایی داده‌ام. حالا من در اینجا هستم و دوباره سعی می کنم که انحصار خودم را ایجاد کنم. البته این کار خیلی سختی است زیرا اینجا خیلی گدا وجود دارد. گداهای خیلی مجربى که قبلاً مشتریان را به مالکیت خودشان درآورده اند. اما دلیلی برای نگرانی وجود ندارد. من این کار را انجام خواهم داد؛ و این گداهای از اینجا بیرون خواهم انداخت.» - و این کار را هم انجام داد.

بنابراین موقعی که آن جنگل آتش گرفت آن دو نفر گدا برای یک لحظه فکر کردند. آنها دشمن هم بودند، نه فقط دشمن حرفی، اما حالا یک حالت اضطراری بود. مرد کور به مردی که پا نداشت گفت: «حالا تنها راه برای اینکه فرار کنیم این است که تو روی شانه های من بنشینی؛ تو از پاهای من استفاده می کنی و من از چشمهای تو. این تنها راهی است که ما خودمان را نجات خواهیم داد.»

این پیشنهاد خیلی راحت و فوری پذیرفته شد. مشکلی نبود. مرد بدون پا نمی توانست از آنجا خارج شود؛ پایش غیر ممکن بود که از جنگل عبور کند - زیرا تمام جنگل در آتش بود. او می توانست یک

کم حرکت کند اما این نمی توانست کمکش کند. یک فرار سریع لازم بود. مرد کور هم مطمئن بود که نمی تواند از آن جنگل خارج شود. او نمی دانست که آتش در کدام قسمت جنگل است، و جاده کدام طرف قرار دارد، در کدام طرف درختان در حال سوختن هستند و در کدام طرف درختان هنوز نسوخته اند... مرد کور گم می شد. اما هر دو آنها آدمهای عاقلی بودند؛ آنها دشمنی بین خود را کنار گذاشته، و دوست شدند، و لذا جان خودشان را نجات دادند.

این یک افسانه شرقی است. این افسانه درباره خرد و قلب شماست. این قصه کاری به آن گداها ندارد، با شما کار دارد. کاری با جنگلی که آتش گرفته ندارد بلکه با شما کار دارد - زیرا شما در آتش هستید. هر لحظه در حال سوختن هستید، در رنج، در بیچارگی، در اضطراب و دلهره. خرد شما به تنهایی کور است. پا دارد، می تواند سریع بدود، می تواند سریع حرکت کند، ولی چون کور است نمی تواند جهت صحیح را برای رفتن انتخاب کند. و لذا مسلم است که مرتباً سکندری می خورد، می افتد، صدمه می بیند و زندگی را بی معنی حس می کند. این است که روشنفکران (intellectuals) تمام دنیا می گویند «زندگی بی معنی است».

دلیل اینکه چرا دنیا در نظر آنان بی معنی است این است که خرد کور می خواهد که روشنایی را ببیند. و این غیر ممکن است. قلبی هم درون شما وجود دارد، که می بیند و احساس می کند،

اما پایی ندارد؛ او نمی تواند بدود. همانجایی که قرار دارد باقی می ماند، در حال تبیدن، و در حال انتظار... یک روز خرد خواهد فهمید و قادر خواهد بود که از چشمان قلب استفاده کند.

وقتی که من کلمه «اعتماد» را عنوان می کنم منظورم چشمان قلب است و موقعی که کلمه «شک» را عنوان می کنم منظورم پاهای خرد شماست.

این هر دو با همدیگر می توانند از آتش خارج شوند؛ ابتدا مشکلی وجود ندارد. اما بخاطر داشته باشید، خرد باید بپذیرد که قلب روی شانه های او قرار داشته باشد. مجبور است. قلب پایی ندارد، فقط چشم دارد، و خرد مجبور است به قلب گوش بدهد و از جهتایی که او تعیین می کند تبعیت کند.

در دستان قلب، خرد، هوشمند (intelligent) می شود. این یک دگرگونی است، یک دگرگونی کامل انرژی. در این حالت فرد صاحب اندیشه (intellectual) نمی شود بلکه آگاه (wise) می شود و آگاهی (wisdom) از تلاقی قلب و خرد حاصل می شود. و لذا وقتی هنر ایجاد همزمانی (Synchronicity) بین ضربان قلب و عملکرد خرد را فرا گرفتید، تمام اسرار را در دستانتان دارید، شاه کلیدی که تمام رموز را باز می کند.

راه معصومیت

مسئله حقیقی بحث درباره شهادت نیست، مسئله حقیقی این است که شناخته‌ها، مرده هستند و ناشناخته‌ها، زنده و باقی. چسبیدن و وابسته بودن به شناخته‌ها چسبیدن به یک جسد و لاشه است. احتیاجی به شهادت برای جدا شدن از این اتصال نیست، در واقع، چسبیدن و ادامه اتکا به این جسد، نیاز به شهادت دارد. فقط باید ببینید... که کدام یک برای شما آشناست، به کدام روش زندگی کرده‌اید - چه چیزی به شما داده است؟ به کجا رسیده‌اید؟ آیا دیگر تهی نیستید؟ آیا نارضایتی فراگیری وجود ندارد، یک ناامیدی و بیهودگی عمیق؟ به نوهی به دنبال اداره کردن اوضاع، پنهان کردن حقیقت و ساختن دروغ برای سرگرم ماندن و درگیر بودن هستید.

مسئله این است: هر آنچه می‌دانید متعلق به گذشته است، و در واقع رفته است. قسمتی از گورستان است. آیا می‌خواهید درون گور باشید، یا اینکه زنده باشید؟ و این تنها مسئله امروز نیست، این مسئله فردا، و پس فردا نیز خواهد بود. این سؤال در آخرین نفسهای شما هم وجود خواهد داشت.

هر آنچه می‌دانید، انباشته‌های ذهنی است - اطلاعات، دانش، تجربه. لحظه‌ای که آنها را کشف کردید در واقع با آنها به پایان رسیده‌اید. حالا حمل کردن آن کلمات پوچ و توخالی، آن ذخایر مرده، زندگی‌تان را کاملاً نابود می‌کند. و تحت فشار قرار می‌دهد، مانع از

ورودتان به زندگی و شاد بودن - که هر لحظه انتظار شما را می‌کشد - می‌شود.

انسان فهم هر لحظه در گذشته می‌میرد و به سوی آینده تولدی دوباره می‌یابد. حال فعلی‌اش در حال تغییر و تحول، تولدی دوباره، و تجدید حیات است.

این اصلاً مسئله شهادت نیست، این اولین چیزی است که باید درک شود. این مسئله شفاف بودن و روشن بودن راجع به چگونگی هر چیزی است.

ثانیاً، هرگاه حقیقتاً مسئله شهادت پیش می‌آید، هیچ کس نمی‌تواند آن را به شما بدهد. این چیزی نیست که به عنوان هدیه بتوان به کسی داد. این چیزی است که با آن متولد شده‌اید، فقط

به آن اجازه رشد نداده‌اید و اجازه نداده‌اید که خودش را ابراز کند.

معصومیت شهادت و شفاف بودن است.



در دستان قلب، خرد
تبدیل به هوشمندی
می‌شود، این یک
دگرگونی لسه، یک
دگرگونی کلی انرژی، در
این حالت فرد صاحب
اندیشه نمی‌شود بلکه
آگاه می‌شود

را دارید، نه گذشته را. این معنای معصومیت است. بنابراین ابتدا سعی کنید تمام معانی معصومیت را درک کنید.

اولین آنها این است: گذشته هرگز، فقط آینده.

گذشته تپاه می‌کند زیرا که به شما خاطرات، تجربیات و توقعات می‌دهد. ترکیب تمام اینها شما را زړنگ و باهوش می‌کند، اما شفاف نمی‌سازد. اینها شما را زړنگ می‌کند، اما هوشمند نمی‌کند. ممکن است به شما کمک کند که در این دنیا موفق بشوید، اما در اعماق وجودتان شکست خواهد بود و تمام موفقیت دنیا در مقایسه با شکستی که شما در نهایت با آن روبرو می‌شوید هیچ است، زیرا که در نهایت فقط این درون شماست که با شما می‌ماند.

همه چیز از دست می‌رود: شکوه، قدرت، نام و شهرت شما از دست رفته و همه مانند سایه‌هایی ناپدید می‌شوند.

در پایان فقط آن چیزی باقی می‌ماند که از همان ابتدا با خود آورده‌اید. شما از این دنیا فقط همان چیزی را که با خود آورده‌اید می‌توانید ببرید.

در هندوستان مثل معروفی وجود دارد، که دنیا مانند اتاق انتظار در ایستگاه راه‌آهن است؛ منزل شخصی شما نیست. برای همیشه در اتاق انتظار نمی‌مانید. هیچ چیز در اتاق انتظار متعلق به شما نیست - میلمان، نقاشی‌های روی دیوار... از آنها استفاده می‌کنید - نقاشی‌ها را می‌بینید، روی صندلی می‌نشینید، روی تخت استراحت

اگر معصوم هستید هیچ نیازی به داشتن شهادت نیست. همچنین هیچ نیازی به هیچ شفافیتی نیست، زیرا هیچ چیز نمی‌تواند از معصومیت شفاف‌تر باشد. بنابراین مسئله اصلی این است که چگونه انسان معصومیت خود را حفظ کند.

معصومیت چیزی نیست که بتوان آن را بدست آورد یا بتوان یاد گرفت. آن چیزی مانند استعداد نقاشی، موسیقی، شعر و یا مجسمه‌سازی نیست. شبیه این چیزها نیست. بلکه بیشتر شبیه نفس کشیدن است، چیزی که با آن به دنیا آمده‌اید.

معصومیت جزء طبیعت هر انسانی است. همه بی‌گناه و معصوم متولد می‌شوند. چگونه یک نفر می‌تواند گناهکار به دنیا بیاید. تولد به این معناست که شما به منزله یک لوح سفید (tabula rasa) به دنیا وارد شده‌اید، هیچ چیز روی شما نوشته نشده است. شما فقط آینده

چرا

انسان فهم هر لحظه در

گذشته می‌میرد و به سوی

آینده تولدی دوباره

می‌یابد.

حال فعلی‌اش در حال

تغییر و تحول، تولدی

دوباره و تجدید حیات

است.

محر

اگر معصوم هستید، هیچ

نیازی به داشتن شهادت

نیست. هم چنین هیچ

نیازی به هیچ شفاعتی

نیست، زیرا هیچ چیز

نمی‌تواند از معصومیت

شفافتر باشد بنابراین

مسئله اصلی این است که

چگونه انسان معصومیت

خود را حفظ کند.

می‌کنید - اما هیچ چیز به شما تعلق ندارد. فقط برای دقایقی اینجا هستید، یا حداکثر برای چند ساعت، سپس خواهید رفت.

بله، آنچه را که با خود به اتاق انتظار آورده‌اید با خود خواهید برد، آنها مال شما هستند. چه چیز با خود به دنیا آورده‌اید؟ دنیا قطعاً یک اتاق انتظار است. انتظار ممکن است برای ثانیه‌ها، دقایق، ساعتها، روزها و حتی سالها باشد؛ اما چه فرقی می‌کند که هفت ساعت یا هفتاد سال انتظار بکشید؟

ممکن است در عرض هفتاد سال فراموش کنید که فقط در یک اتاق انتظارید. شاید حتی کم‌کم این فکر را بکنید که صاحبخانه‌اید، شاید هم فکر کنید که این خانه‌ای است که خود شما ساخته‌اید. ممکن است اقدام به نصب پلاک اسم خودتان روی اتاق انتظار کنید.

از آنجا که من زیاد مسافرت می‌کنم، مردمی را دیده‌ام که نام خود را در توالهای اتاق انتظار می‌نویسند. یا اینکه نامهای خود را روی مبل اتاق انتظار کنده‌کاری کرده‌اند. احسانه بنظر می‌رسد، اما خیلی شبیه آنچه که مردم در دنیا انجام می‌دهند، می‌باشد.

داستان بسیار معنی‌داری در کتب مقدس باستانی جاین (Jaina) وجود دارد. در هندوستان اعتقاد دارند که اگر کسی بتواند امپراتور تمام دنیا شود به او چاکراوارتین (Chakravartin) گفته می‌شود. کلمه "چاکرا" به معنای "چرخ" است. در هندوستان باستان، راهی برای جلوگیری از خشونت و نزاعهای بی‌مورد وجود داشت. یک ارباب جنگی طلایی بسیار گران بها با اسبهای زیبا و قوی از قلمرو پادشاهی به قلمروی پادشاهی دیگر حرکت می‌کرد. اگر قلمروی دیگر مقاومت نمی‌کرد و اجازه می‌داد ارباب جنگی عبور کند، به آن معنا بود که آن قلمرو صاحب ارباب جنگی را به عنوان مافوق خود پذیرفته است. بنابراین هیچ نیازی به درگیری نبود.

به این طریق ارباب جنگی حرکت می‌کرد، و هرکجا مردم سد راه آن می‌شدند جنگ درمی‌گرفت. اگر ارباب جنگی در هیچ کجا متوقف نمی‌شد، آنگاه بدون هیچ جنگی برتری پادشاه محرز شده و یک "چاکراوارتین" می‌شد. کسی که چرخش همه جا حرکت کرده است و هیچ کس قادر نبوده است سد راه او شود. این آرزوی هر پادشاهی بود که یک چاکراوارتین شود.

به نظر می‌رسد این روش بسیار متمدنانه‌تر از روشی است که کشورهای مانند اتحاد جماهیر شوروی (سابق) و آمریکا می‌خواستند انجام دهند. فقط یک ارایه جنگی زیبا بفرستید. اما این بدان معناست که قدرت شما باید نزد خودتان، قدرت بالا و اطمینان بخشی باشد؛ و نه تنها نزد شما، بلکه نزد هرکس دیگری نیز باید اینطور باشد. تنها در این صورت چنین حرکت سمبولیکی می‌تواند کمک کننده باشد. بنابراین هر پادشاهی آرزو داشت روزی یک چاکراوارتین شود.

داستان از این قرار است که یک حاکمی چاکراوارتین شد - و این فقط یک بار در هر هزاران سال روی می‌دهد که یک فرد چاکراوارتین شود. حتی اسکندر کبیر نیز فاتح دنیا نبود، و قسمتهای زیادی از دنیا همچنان فتح نشده باقی ماند. و او خیلی جوان از این دنیا رفت، او فقط سی و سه سال داشت: حتی زمان کافی برای فتح دنیا نبود. چه چیز می‌توان راجع به فتح دنیا گفت، وقتی تمام دنیا حتی شناخته نشده بود. نیمی از جهان ناشناخته بود و نیم دیگر که شناخته شده بود نیز، کامل فتح نشد. ولی این فردی که من می‌خواهم داستانش را برای شما بگویم، تبدیل به یک چاکراوارتین شد.

گفته می‌شود وقتی که یک چاکراوارتین از دنیا می‌رود - چون یک چاکراوارتین فقط در هر هزاران سال پدید می‌آید، یک وجود نادر است - با شادمانی بسیار در بهشت پذیرفته می‌شود و به جایگاه مخصوص برده می‌شود.

مسلماً این امر احتیاج به قدرتی بیشتر از قدرت اسکندر کبیر داشت. فرستادن ارایه جنگی احتیاج به قدرت عظیمی دارد تا از آن حمایت کند. در واقع باید اطمینان کاملی وجود می‌داشت، زیرا اگر جلوی ارایه جنگی گرفته می‌شد کشتار وسیعی رخ می‌داد. این بدان معناست که اگر فردی بخواهد بر هر کسی غلبه پیدا کند، هیچ راهی وجود ندارد، مگر آنکه از غلبه کردن او بر خودش جلوگیری کند. اما این روش، یک راه بسیار سمبولیک و پشرفته‌تر است. هیچ نیازی به جنگیدن و کشتار نیست، فقط یک پیام سمبولیک بفرستید. بنابراین با پرچم پادشاه، ارایه جنگی خواهد رفت، و اگر پادشاه مقابل احساس کند که هیچ نفعی در مقاومت وجود ندارد - در واقع جنگ مزبور به معنای شکست و خشونت بی‌مورد و ویرانی است - به ارایه جنگی خوشامد می‌گوید و در پایتختش، بر روی ارایه جنگی گل ریخته می‌شود.

چهارم

در پایان فقط آن چیزی

باقی می‌ماند که شما از

همان ابتدا با خود

آورد هاید. شما فقط از این

دنیا همان چیزی را که با

خود آورد هاید، می‌توانید

ببرید -

در افسانه شتاسی جایتا (Jaina)، در بهشت، کوهی نظیر کوههای هیمالیا وجود دارد. کوههای هیمالیا فقط از صخره‌ها و زمین و یخ تشکیل شده‌اند. به همتای هیمالیا در بهشت سومرو (Sumeru) گفته می‌شود. سومرو، به معنای کوه نهایی می‌باشد: هیچ چیز نمی‌تواند بلندتر از آن باشد، هیچ چیز نمی‌تواند بهتر از آن باشد. از طلای ناب است؛ و در آن بجای صخره، الماس و یاقوت و زمرد قرار گرفته‌اند.

هنگامی که یک چاکراوارتین می‌میرد، به کوه سومرو هدایت می‌شود تا نامش را روی آن حک نماید. این موقعیت نادری است؛ که فقط یک بار در هر هزاران سال اتفاق می‌افتد. البته این فرد بی‌اندازه از اینکه قرار بود نامش را بر روی سومرو حک کند، هیجانزده بود. آن لیست ابدی تمام بزرگانی است که قبلاً وجود داشته‌اند، و نیز لیست بزرگانی است که به وجود خواهند آمد. این فرمانروایان نیز عضوی از گروه ابر مردان می‌شد.

دربان بهشت به او ابزارهای لازم برای حک کردن نامش را داد. او می‌خواست چند تن از یارانش را که به دلیل مردن فرمانروای خود، خودکشی کرده بودند، با خود بیاورد - زیرا آنها نمی‌توانستند به زندگی بدون وجود او بیندیشند. همسرش، صدر اعظمش، فرمانده ارشدش، تمام مردان بزرگی که اطراف او بودند خودکشی کرده بودند، بنابراین با او آمده بودند.

فرمانروا، از دربان خواست تا به همه آنها اجازه دهد بیایند و او

را در حالی که نامش را حک می‌کند ببینند، زیرا چه لذتی دارد اگر در تنهایی نامت را حک کنی و هیچ کس آنجا نباشد که حتی تو را ببیند؟ - زیرا لذت حقیقی این است که تمام دنیا، این صحنه را ببینند.

دربان گفت: «به نصیحت من گوش کن، زیرا این کار، شغل موروثی من است. پدر من دربان بود، پدر او نیز دربان بود؛ برای قرن‌ها ما دربان کوه سومرو بوده‌ایم. به نصیحت من گوش کن: آنها را با خود نبر؛ در غیر این صورت پشیمان می‌شوی.»

فرمانروا علت این امر را نمی‌فهمید، در عین حال نمی‌توانست نصیحت او را نیز نادیده بگیرد - چون آن مرد چه منفعتی در منع کردن او می‌توانست داشته باشد؟

دربان گفت: «اگر هنوز هم می‌خواهی آنها صحنه را ببینند، ابتدا خودت برو و نامت را حک کن؛ سپس برگرد و اگر خواستی آنها را با خود ببر. من هیچ مخالفتی ندارم. حتی اگر همین حالا بخواهی می‌توانی آنها را با خود ببری، اما فقط اگر تصمیم گرفتی به نصیحت من گوش نکنی، آنگاه دیگر شانس برای عوض کردن تصمیم نداری... آنها با تو خواهند بود. لذا تنها برو.»

این نصیحت بسیار عاقلانه‌ای بود. فرمانروا گفت: «پیشنهاد خوبی است. تنها می‌روم، نام خود را حک می‌کنم، برمی‌گردم و همه شما را صدا می‌زنم.»

دربان گفت: «من هم با این کار بسیار موافقم.»

بکنی این است که چند اسم را پاک کنی و اسم خودت را جای آن بنویسی. این کاری است که انجام شده است. در طول عمرم دیده‌ام که این اتفاق افتاده است، پدرم هم می‌گفت، که این کار انجام شده است. پدر پدرم هم همینطور - هیچ یک از اعضای خانواده من هرگز کوه سومرو را خالی ندیده‌اند.

«هر زمان یک چاکراوارتین آمده است مجبور بوده چند اسم را پاک کند و اسم خودش را بنویسد. بنابراین کوه نشانگر تمام تاریخ چاکراوارتین‌ها نیست. بسیاری از آنها پاک شده‌اند و دوباره بسیاری حک شده‌اند. تو فقط کار خودت را بکن، و بعد اگر خواستی به دوستان نشان دهی، می‌توانی آنها را داخل بیاری.»

فرمانروا گفت: «نه، من نمی‌خواهم به آنها نشان دهم و حتی نمی‌خواهم اسم خودم را بنویسم. چه فایده دارد؟ - یک روز یک نفر می‌آید و آن را پاک می‌کند.»

«تمام زندگی من کاملاً بی‌معنی شده است. این تنها امید من بود که سومرو، کوه طلایی، در بهشت نام مرا در بر بگیرد. به این دلیل من زندگی کرده‌ام، زندگی خودم را به خطر انداخته‌ام؛ بخاطر آن حاضر بودم تمام مردم دنیا را بکشم. ولی هر کسی می‌تواند نام مرا پاک کند و نام خودش را بنویسد. بنابراین نوشتن آن چه فایده دارد؟ من اسم را نمی‌نویسم.»
دریان خندید.

فرمانروا رفت و دید کوه سومرو زیر نور هزاران خورشید می‌درخشد - زیرا در بهشت آنقدر فقیر نخواهید بود که فقط یک خورشید داشته باشید. هزاران خورشید وجود داشت و کوه طلایی، بسیار بزرگتر از کوه‌های میمالیا بود - کوه‌های میمالیا تقریباً دو هزار مایل طول دارد! برای یک لحظه نتوانست چشمپایش را باز کند، آنجا بسیار درخشان بود. سپس شروع به پیدا کردن جا کرد، جایی مناسب، اما خیلی متعجب شد. هیچ جایی نبود؛ تمام کوه با اسامی حک شده بود.

نمی‌توانست آنچه را که می‌بیند باور کند. برای اولین بار از هویت واقعی خود آگاه شده بود. تا حالا فکر می‌کرد ابر مردی است که فقط یک بار در هزاران سال به وجود می‌آید. اما زمان سرآغازی ندارد؛ حتی هزاران سال نیز تفاوتی نمی‌کند، بنابراین در واقع، چاکراوارتین‌های بسیاری وجود داشته‌اند. هیچ جایی در روی بزرگترین کوه عالم وجود نداشت که او بتواند اسم کوچک خود را بنویسد.

برگشت، و حالا فهمیده بود چرا دریان حق داشت که همسر و فرمانده ارشد و صدر اعظم و سایر دوستان نزدیکش را نگه دارد. بهتر بود که آنها آن وضعیت را نبینند، زیرا هنوز می‌توانستند باور داشته باشند فرمانروای آنها یک موجود نادر است.

دریان را کناری کشید و گفت: «اما هیچ جایی وجود ندارد!»
دریان گفت: «این چیزی بود که من به تو می‌گفتم. کاری که باید

یعنی نام شما، شهرت شما، اعتبار شما و قدرت شما. اما جدای از اینها، چه هستید؟ بنابراین تمام این متعلقات هویت شما را تشکیل می دهد. اینها یک وجود کاذب و دروغین به شما می بخشد. این، من (Ego) شماست.

این «من»، یک مسئله مرموز نیست، بلکه یک پدیده بسیار ساده است. نمی دانید چه کسی هستید، و زندگی بدون اینکه بدانید چه کسی هستید غیرممکن است. اگر من ندانم چه کسی هستم، پس اینجا چه کار می کنم؟ بنابراین هر کاری که من می کنم، بی معنا می شود. قبل از هر چیز باید بدانم که هستم؛ شاید آن زمان بتوانم کاری انجام دهم که فطرتم را ارضا کنم، کاری که مرا راضی کند و احساس راحتی و آرامش کنم.

ولی اگر ندانم که هستم، و کارها را انجام دهم، چگونه می توانم به جایی برسم که فطرتم و سرشتم قرار بود به آن برسد؟ من بدین سو و آن سو دویده ام، اما هیچ نقطه ای وجود ندارد که بتوانم بگویم: «من به جای مورد نظر رسیده ام، این مکانی است که دنبال آن می گشتم.» نمی دانید کیستید، بنابراین به یک هویت کاذب احتیاج دارید تا جایگزین نمایید. دارایی شما، آن هویت کاذب را به شما می دهد.

مثل یک ناظر معصوم به این دنیا می آید. همه، به این طریق و با کیفیتی مشابه از نظر آگاهی و شعور پا به این دنیا می گذارند. بعد شروع به معامله با این دنیای بزرگ می کنید. آنها خیلی چیزها دارند که به شما

فرمانروا گفت: «چرا داری می خندی؟»

دریان گفت: «عجیب است، برای اینکه من این را از پدر بزرگهای خود نیز شنیده ام - که چاکر اوارتین ها می آیند، و وقتی تمام داستان را می بینند، برمی گردند؛ و اسامی خود را نمی نویسند. تو مورد جدیدی نیستی: هر کسی که کمی با هوش باشد، همین کار را می کند.»

در تمام این دنیا چه چیزی می توانید به دست بیاورید؟ چه چیز می توانید با خودتان همراه ببرید؟ نام، اعتبار، احترام؟ پول، قدرت؟ چه چیزی؟ هیچ چیز را نمی توانید با خودتان ببرید. همه چیز اینجا رها خواهد شد. و در آن لحظه متوجه خواهید شد که هرچه را که داشتید، متعلق به شما نبود؛ و فکر مالکیت نیز اشتباه بود. و بخاطر آن تباه شده بودید.

برای افزایش دارایی - برای داشتن پول بیشتر، قدرت بیشتر، برای تصرف زمینهای بیشتر - کارهایی می کردید که حتی نمی توانید بگویید صحیح بوده اند. دروغ می گفتید، صادق نبودید، صد چهره داشتید. حتی برای یک لحظه با هیچ کس حتی با خودتان صادق نبودید؛ نمی توانستید باشید. مجبور بودید دروغگو، حقه باز و متظاهر باشید، برای اینکه اینها چیزهایی هستند که به شما کمک می کنند در دنیا موفق شوید. درستی و اصالت به شما کمک نمی کند. درستکاری، صداقت و راستگویی به شما کمک نمی کند.

بدون دارایی، موفقیت و شهرت - چه هستید؟ نمی دانید. شما

بدهند؛ و شما فقط یک چیز دارید که بدهید و آن درستی و عزت نفس شماست. چیز زیادی ندارید، فقط یک چیز می‌توانید آن را هر چیزی بنامید، معصومیت، هوشمندی، درستی. فقط یک چیز دارید.

یک کودک نیز به طور طبیعی به هر چه در اطراف می‌بیند علاقمند می‌شود. مدام می‌خواهد این و آن را داشته باشد؛ این بخشی از طبیعت انسان است: اگر شما به طفل کوچک نگاه کنید، حتی به یک طفل تازه متولد شده، می‌بینید که کورمال کورمال در حال جستجوی چیزی است؛ دستان او تلاش می‌کنند چیزی را پیدا کنند. او سفرش را آغاز کرده است.

در این سفر او خود را می‌بازد، زیرا شما هیچ چیزی را در این دنیا بدون پرداختن بهای آن به دست نمی‌آورید. طفل بیچاره نمی‌تواند بفهمد که چیزی که او می‌بخشد آن قدر گرانیهست که اگر تمام دنیا در یک طرف قرار بگیرد، و درستی او در طرف دیگر، آنگاه درستی او بسیار سنگین‌تر و گرانیه‌تر خواهد بود. طفل هیچ راهی برای دانستن این موضوع ندارد. مسئله این است، زیرا چیزی را که دارد، بر راحتی بدست آورده است. به او بخشیده شده است.

اجازه بدهید داستانی برایتان نقل کنم که این مسئله را روشن کند.

یک مرد ثروتمند، خیلی ثروتمند، در نهایت بسیار ناامید شد، که نتیجه طبیعی تمام موفقیت‌هاست. هیچ چیز مانند موفقیت، زوال پیدا

نمی‌کند. موفقیت فقط زمانی قابل توجه است که آدم ناموفق باشید. زمانی که موفق شدید، آن وقت می‌فهمید که به وسیله این دنیا، به وسیله مردم و به وسیله اجتماع فریب خورده بودید. وی، ثروت بسیاری داشت، اما آرامش خاطر نداشت. بنابراین در جستجوی آرامش خاطر بود.

این چیزی است که در آمریکا در حال روی دادن است. در آمریکا مردم بیشتر از هر جای دیگری در دنیا به دنبال آرامش خاطر هستند. در هندوستان من هرگز به کسی برخوردادم که به دنبال آرامش خاطر باشد. چون ابتدا باید آرامش شکم مد نظر قرار گیرد. و آرامش خاطر مرحله بسیار بعدی و دوری است. فکر و شکم، تقریباً میلیون‌ها مایل از یکدیگر فاصله دارند.

اما در آمریکا همه مردم به دنبال آرامش خاطر هستند، و البته هنگامی که به دنبال آن هستید، آنگاه اشخاصی آماده‌اند تا آن را به شما بدهند. این یک قانون ساده علم اقتصاد است: هرگاه تقاضا وجود داشته باشد، عرضه نیز ایجاد می‌شود. اهمیتی ندارد که آیا حقیقتاً به آنچه تقاضا می‌کنید نیاز دارید یا خیر. هیچ کس نیز به خود زحمت نمی‌دهد که ببیند کالای عرضه شده چه چیز به شما می‌دهد - می‌خواهد فقط تبلیغات و هیاهو باشد و یا یک چیز واقعی و معتبر.

با دانستن این قانون ساده، که هرگاه تقاضا وجود داشته باشد عرضه نیز ایجاد می‌شود، مردم زیرک و باهوش یک قدم جلوتر رفته‌اند.

اکنون آنها می‌گویند: «لازم نیست که صبر کنید تا تقاضا به وجود بیاید، می‌توانید تقاضا را ایجاد کنید.» و تمام هنر تبلیغات در همین است: تسلیفات تقاضا ایجاد می‌کند. قبل از آنکه تبلیغات را بخوانید یا ببینید چنین تقاضایی ندارید، هرگز حس نکرده بودید که این نیاز را دارید. ولی با خواندن یا دیدن تسلیفات، ناگهان حس می‌کنید: «خدای من، من تا حالا این چیز را نداشتم و جقدر احمق هستم که تا حالا نمی‌دانستم این چیز وجود دارد.»

پیش از اینکه فردی شروع به تولید و ساخت کالایی کند، حتی از

سالها قبل - سه یا چهار سال قبل - شروع به تبلیغات می‌کند. تا زمانی که در ذهن مردم تقاضایی نسبت به کالایی وجود نداشته باشد، کالای موردنظر به بازار عرضه نمی‌شود. و به محض اینکه تقاضا به وجود بیاید، در همان زمان عرضه نیز میسر می‌شود.



در آمریکا مردم بیشتر از هر

جای دیگری در دنیا

به دنبال آرمش خاطر

هستند. در هندوستان هن

هرگز به کسی برنخورده‌ام

که به دنبال آرمش خاطر

باشد. چون ابتدا باید

آرمش شکم مد نظر قرار

گیرد

برنارد شاو گفته است هنگامی که تازه کار بود و اولین کتابش را چاپ کرد، تقاضایی برای آن وجود نداشت - زیرا هیچ کسی برنارد شاو را نمی‌شناخت و در مورد او چیزی نشنیده بود. لذا چگونه می‌شد تقاضا کرد که: «من کتاب نمایشنامه برنارد شاو را می‌خواهم.» بنابراین تمام روز را صرف چه کاری می‌کرد؟ ... او کتاب را منتشر کرد - خودش کتاب را منتشر، و هزینه چاپ آن را شخصاً فراهم کرد - سپس از یک کتابفروشی به کتابفروشی دیگر می‌رفت، و سؤال می‌کرد: «آیا کتاب جرج برنارد شاو را دارید؟»

فروشنده‌گان می‌گفتند: «جرج برنارد شاو؟ اسمش را هم نشنیده‌ایم.»

برنارد شاو جواب می‌داد: «عجیب است که تاکنون اسم چنین مرد بزرگی را نشنیده‌اید در حالی که یک کتابفروشی را اداره می‌کنید؟ شاید شما به روز نیستید یا مشکل دیگری دارید؟ اولین کاری که باید بکنید این است که کتاب برنارد شاو را تهیه کنید.» برنارد شاو تنها یک کتاب منتشر کرده بود، ولی تبلیغ چندین کتاب مختلف را می‌کرد، زیرا وقتی به جاهای مختلف می‌روید، چرا فقط در مورد یک کتاب تبلیغ کنید؟ نوشتن تنها یک کتاب انسان را نویسنده بزرگی نمی‌کند.

او هر بار با لباسهای مختلفی به کتابفروشیها می‌رفت - گاهی اوقات با کلاه، مواقع دیگر با عینک. تماشای تلقنی مردم به خانه جرج برنارد شاو شروع شد. او مجبور بود تمام این کارها را به تنهایی

به سرعت عرضه کنندگانی به وجود می‌آیند، که هیچ چیزی در مورد ذهن یا آرامش نمی‌دانند. من کتابی تحت عنوان «آرامش خاطر» نوشته یک خاخام یهودی، به نام جوشوا لایبمن (Joshua Liebman) خوانده‌ام. تمام کتاب را مرور کردم؛ نویسنده نه تنها چیزی در مورد ذهن نمی‌دانست بلکه هیچ اطلاعاتی نیز در مورد آرامش نداشت. اما یک تاجر موفق است. او بدون اینکه در مورد آرامش خاطر چیزی بداند کار موفقش انجام داده است.

کتاب او یکی از پر فروشترین کتاب‌های دنیاست زیرا هر کسی که به دنبال آرامش خاطر است، دیر یا زود کتاب جوشوا لایبمن را خواهد خواند. کتاب زیبا نوشته شده است. جوشوا نویسنده خوبی است، نوشته‌اش خیلی فصیح، پرجاذبه و اثرگذار است؛ و انسان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. ولی آرامش خاطر همچنان دست نیافتنی باقی مانده و حتی ممکن است با خواندن این کتاب دست نیافتنی‌تر نیز به نظر بیاید.

در واقع، اینکه یک نفر بداند که آرامش چیست، و خاطر چیست، نمی‌تواند کتابی با عنوان «آرامش خاطر» بنویسد، زیرا که ذهن مسبب همه ناآرامی‌ها و بی‌قراریهاست. هنگامی آرامش وجود دارد که ذهن وجود نداشته باشد - بنابراین کلاهی به نام آرامش خاطر وجود ندارد. در جایی که ذهن یافت شود، آرامش نیست. در جایی که آرامش وجود داشته باشد، ذهن راهی ندارد. اما اگر کسی کتابی با عنوان «آرامش بی ذهنی» بنویسد، هیچ کس حاضر به خرید آن نخواهد شد.

انجام دهد - تبلیغات، تهیه و تدارک کتاب؛ و بدین ترتیب اولین کتابش را به فروش رسانید. در خیابان از مردم سؤال می‌کرد: «آیا در مورد... چیزی شنیده‌اید؟ چون من مطالب زیادی درباره کتابی که اخیراً فردی به نام جرج برنارد شاو به چاپ رسانیده است شنیده‌ام. مردم می‌گویند که کتابی خارق‌العاده و بی‌نظیر است. شما هم در این مورد چیزی شنیده‌اید؟»

آنها می‌گفتند: «ما حتی اسمش را هم نشنیده‌ایم.» او در جواب می‌گفت: «عجیب است. فکر می‌کردم لندن یک جامعه فرهنگی است.» او به کتابخانه‌ها و پاشگاهها و هر جایی که احتمال وجود تقاضا بود می‌رفت و تقاضا را به وجود می‌آورد. او کتابش را فروخت - در حالی که به‌طور مداوم به کارش ادامه می‌داد - و در نهایت یکی از بزرگترین نویسندگان زمان خود شد. زیرا او تقاضا را ایجاد کرده بود.

اگر موفق هستید، دیگر به کسی برای ایجاد تقاضا جهت رسیدن به آرامش خاطر نیاز نیست. در مسیر موفقیت، ناچار آرامش خاطر خود را از دست می‌دهید. این یک روند طبیعی است. موفقیت، آرامش را از خاطرتان دور می‌کند. براحتی تمامی چیزهای با اهمیت زندگیتان را از جمله: آرامش، سکوت، شادی و عشق را از شما می‌گیرد. و بتدریج همه چیز را از شما سلب می‌کند. در پایان، دستهای شما پر از چیزهای زاید و بدر نخور می‌شود، و تمامی چیزهای باارزش از دست می‌رود. اینجاست که ناگهان متوجه می‌شوید که به آرامش خاطر نیاز دارید.

من خیلی فکر کردم... و دیدم هیچ کس کتابی با عنوان «آرامش بی ذهنی» را نمی خرد. برای آنها این امر کاملاً بی معنی خواهد بود، در صورتی که این امر یک حقیقت محض است.

یک کودک از آنچه همراهش است بی خبر است. مرد ثروتمند نیز در موقعیتی مشابه بود. او مردی بسیار ثروتمند بود، و هر چیز که در دنیا می شود تصور را کرد برایش مهیا بود، ولی همچنان به دنبال آرامش خاطر می گشت. او به نزد اشخاص خردمند و فرزانه می رفت و همگی نصایح گرانبهایی به او می کردند، ولی نصیحت به کسی کمک نمی کند.

در واقع، فقط افراد نادان نصیحت می کنند، و فقط اقراد نادان هستند که نصیحت را به کار می گیرند. افراد عاقل زیاد تمایل به نصیحت کردن ندارند زیرا یک فرد عاقل بخواهی می داند آنچه که به وفور به انسان داده می شود نصیحت است، و آن چیزی که راحت به وسیله شخص مقابل پذیرفته نمی شود نیز نصیحت است، بنابراین چرا خودش را به دردسر بیندازد؟

یک فرد عاقل ابتدا شما را آماده پذیرش پند و اندرز می کند. او در ابتدا نصیحت نمی کند؛ چون شما نیاز به آمادگی دارید. ممکن است سالها طول بکشد که شما را آماده کند. وقتی زمین آماده شد، تنها آن موقع است که می توان دانه ها را کاشت. تنها یک فرد نادان روی صخره ها و سنگها دانه می پاشد بدون فکر کردن به این موضوع که

دانه ها به هدر می روند.

تمامی آن افراد فرزانه مرد ثروتمند را نصیحت کردند، اما هیچ کدام مؤثر واقع نشد. در آخر یک روز مردی که او به سراغش ترفه بود، و به هیچ عنوان مرد فرزانه ای نبود - حتی برعکس احمق ترین فرد روستا تلقی می شد - او را سر راه متوقف ساخت و گفت: «وقت را بیهوده تلف می کنی. هیچ کدام از این مردان فرزانه نیستند؛ من آنها را خوب می شناسم، اما از آنجایی که به احمق بودن معروف هستم هیچ کس حرف مرا باور نمی کند. شاید تو نیز حرف مرا باور نکنی، اما من شخصی فرزانه را می شناسم. با دیدن عذاب مداوم تو برای پیدا کردن آرامش خاطر، فکر کردم اگر فرد مناسب را به تو نشان دهم برایت خوب خواهد بود وگرنه من فردی احمق هستم؛ و هیچ کس از من پند و اندرز نمی خواهد و من نیز هرگز هیچ کس را نصیحت نکرده ام. ولی برایم خیلی سخت بود که تو را اینطور ناراحت و غمزه ببینم، بنابراین سکوت را شکستم. به سراغ این مردی که می گویم در روستای مجاور برو.»

مرد ثروتمند به سرعت و با کیفی پزگی پر از الماسهای گرانبه سوار بر اسب زیبایش، به طرف آن روستا رفت. در آن دهکده آن مرد را دید. «سوی مردی صوفی مسلک معروف به ملاتزالدین بود. از ملا پرسید: «آیا می توانی مرا در به دست آوردن آرامش خاطر کمک کنی؟» ملا گفت: «کمک؟ من می توانم آن را به تو بدهم.»

بیشتر و بیشتر شد. و تو می‌گویی می‌توانی آن را به من بدهی؟
ملا گفت: «این چیز ساده‌ای است. از اسب پایین بیا.»
مرد ثروتمند از اسب پیاده شد. در حالی که کیش را بغل کرده بود، ملا پرسید: «چه چیزی در کیف داری که این چنین محکم آن را به قلبت چسبانده‌ای؟»

مرد گفت: «اینها الماسهای گرانبهایی هستند. اگر بتوانی به من آرامش بدهی، این کیف را به تو خواهم داد.» اما قبل از اینکه بتواند به خودش بیاید، ملا کیف را از او قاپد و فرار کرد. مرد ثروتمند چند لحظه‌ای در حالت شوک ماند. نمی‌دانست چه باید بکند. ولی بعد دنبال ملا دوید. اما آنجا محل زندگی ملا بود - و تمامی کوچه پس کوچه‌ها و میان‌برها را می‌شناخت، و همینطور می‌دوید. مرد ثروتمند خیلی چاق بود و در تمام زندگی‌اش حتی یکبار هم ندویده بود... مرتباً فریاد می‌زد، نفس نفس می‌زد، ناله می‌کرد و اشک می‌ریخت. با خود گفت: «من کاملاً فریب خوردم! این مرد نتیجه تمام زحماتم را در زندگی، همه دارایی‌ام را با خود برد؛ همه چیزم را با خود برد.»

مردم زیادی او را دنبال می‌کردند، و همگی می‌خندیدند. او گفت: «آیا همه شما دیوانه‌اید؟ آیا مردم این شهر همه دیوانه‌اند؟ من کاملاً نابود شده‌ام، و به جای اینکه دزد را بگیرد همگی می‌خندید.» آنها گفتند: «او دزد نیست، بلکه مرد بسیار فرزانه‌ای است.»
مرد ثروتمند گفت: «آن مرد دیوانه در روستای خودمان مرا به

چ

در واقع، اینکه یک نفر بداند که آرامش چیست، و خاطر چیست، نمی‌تواند کتابش با عنوان «آرامش خاطر» بنویسد، زیرا که ذهن همیشه همه ناآرامی‌ها و بین‌قراری‌هاست. هنگامی آرامش وجود دارد که ذهن وجود نداشته باشد. بنابراین کالایی به نام آرامش خاطر وجود ندارد.

مرد ثروتمند فکر کرد، «چقدر عجیب است. اول پیشنهاد آن فرد دیوانه؛ و من در نهایت ناامیدی فکر کردم که پیشنهادش برایم ضروری نداشته باشد و اینجا آمدم. ولی این مرد حتی بیشتر از مرد قبلی دیوانه به نظر می‌رسد: چون می‌گوید می‌توانم آن را به تو بدهم.»
مرد ثروتمند گفت: «تو می‌توانی آن را به من بدهی؟ من نزد تمامی فرزندان رفته‌ام؛ آنها همگی مرا نصیحت کردند - این کار را بکن، آن کار را بکن. به زندگی‌ات نظم بده، اعمال خیر انجام بده، به فقر کمک کن، بیمارستان بساز و کارهای متفاوت دیگر. آنها این چیزها را به من می‌گویند و من حقیقتاً همه آن کارها را انجام داده‌ام؛ ولی نه تنها کمکی به من نشد، بلکه مشکلاتم

دارد؟ - و زلالتش را از دست بدهد. تنها هنگامی متوجه مسئله خواهد شد که تمامی اسباب بازیاها متعلق به او هستند ولی هیچ احساس لذتی از آنها نمی‌کند، یا هیچ احساس موفقیت و یا رضایتی از آنها ندارد. بعداً متوجه می‌شود که چه چیزی را از دست داده - و در واقع خود وی آن را از دست داده است.

در یک دنیای بهتر، خانواده‌ها از کودکان یاد خواهند گرفت. برای یاد دادن به کودکان عجله دارید. به نظر نمی‌رسد کسی مایل باشد از آنها چیزی یاد بگیرد، در حالی که آنها چیزهای زیادی برای یاد دادن به شما دارند. و شما چیزی برای یاد دادن به آنها ندارید.

فقط به این دلیل که شما بزرگتر و قوی‌ترید، می‌خواهید آنها را مانند خودتان بسازید بدون اینکه حتی به این مسئله فکر کنید که خودتان چه هستید، به چه چیزی رسیده‌اید، چه موضعی در این دنیا دارید. آدم مسکینی هستید؛ و آیا همان را برای فرزندانتان می‌خواهید؟ اما هیچ کس تصور نمی‌کند که انسانها می‌توانند از کودکان کوچک چیزی بیاموزند. کودکان به دلیل اینکه مدت زیادی از آمدنشان به این دنیا نمی‌گذرد، کاملاً تازه و باطراوتند و حامل چیزهای زیادی از آن دنیا می‌باشند. آنها سکوت رحم و سکوت هستی را به همراه دارند. همیشه به‌خاطر داشته‌باش که به ناشناخته‌ها اطمینان کنی. شناخته‌ها مربوط به ذهن هستند. چیزهای ناشناخته نمی‌توانند مربوط به ذهن باشند. ممکن است هر چیز دیگری باشند ولی ذهن نیستند. آن

این دردسر انداخت! همچنان که می‌دوید و عرق می‌ریخت، ملاً را تعقیب می‌کرد. ملاً دوباره زیر همان درختی که اسب آن مرد کنارش بود برگشت و همانجا نشست. مرد ثروتمند نیز گریه‌کنان و فریادزنان رسید. ملاً گفت: «بیا کیفیت را بگیر.» مرد ثروتمند کیف را گرفت و به قلبش فشرد. ملاً گفت: «چه احساسی داری؟ آیا آرامش خاطر احساس می‌کنی؟»

مرد ثروتمند گفت: «بله، احساس آرامش زیادی می‌کنم. تو مرد عجیبی هستی، و راه و روش عجیبی داری.»

ملأ گفت: «روش عجیبی نیست - تنها یک عمل ساده ریاضی است. تو همه چیزهایی را که داری، به عنوان امری بدیهی و مسلم فرض می‌کنی. تنها باید موقعیتی ایجاد شود که آن را از دست بدهی؛ آنوقت خیلی سریع متوجه می‌شوی که چه چیز با ارزشی را از دست داده‌ای. تو چیز تازه‌ای را به دست نیاوردی؛ این همان کیفی بود که بدون هیچ آرامش خاطری همراه خود داشتی. اکنون همان کیف را در بغل داری و هرکس با نگاه به تو متوجه آرامش و راحتیت خواهد شد. به خانه‌ات برگرد و برای مردم دردسر ایجاد نکن.»

مسئله یک کودک هم همینطور است، زیرا او بی‌گناه می‌آید، و حاضر است هر چیزی بخرد و در عوض معصومیتش را بدهد. در ازای خرید هر چیز بدرد نخوری، شهادتش را بدهد. حاضر است فقط اسباب بازی بخرد - آیا برای او چیزی در این دنیا به غیر از اسباب بازی وجود

نمی‌روند. چیزهای شناخته شده، نوعی احساس آسودگی، امنیت و اطمینان به انسان می‌دهند چون شناخته شده‌اند. آدم به آنها آگاهی کامل دارد، و می‌داند چگونه با آنها رفتار کند. آدم حتی می‌تواند تقریباً خواب باشد و با شناخته‌ها سر و کار داشته باشد - نیازی به بیدار بودن هم نیست؛ این راحتی است که با شناخته‌ها وجود دارد.

لحظه‌ای که از مرز شناخته‌ها عبور می‌کنید، ترس به سراغتان می‌آید، زیرا در آن لحظه نادانید و نمی‌دانید که چه باید کرد، و چه نباید کرد. در آن لحظه از خودتان مطمئن نیستید، از اینکه اشتباه بکنید؛ یا به بیراهه بروید. این ترسی است که انسان را افسار بسته شناخته‌ها می‌کند، و زمانی که انسان افسارش دست شناخته‌ها باشد، عملاً مرده است.

زندگی زمانی معنا دارد که با خطر همراه باشد - هیچ راه دیگری برای زندگی وجود ندارد. فقط با عبور از خطر هاست که زندگی به بلوغ و رشد می‌رسد. انسان محتاج است که ماجراجو باشد، همیشه حاضر باشد برای رسیدن به ناشناخته‌ها، شناخته‌ها را به خطر بیندازد. و هنگامی که کسی لذت آزادی و ترسی را چشید، هیچ‌گاه پشیمان نمی‌شود زیرا تازه در آن هنگام است که معنی زندگی کردن در مطلوب‌ترین حالت را درک می‌کند. آن هنگام است که معنی روشن کردن مشعل زندگی را از هر دو سمت آن می‌فهمد. در آن موقع حتی یک لحظه آن سختیها در مقابل یک عمر زندگی معمولی و پیش پا افتاده، بهتر و مسرت‌بخش‌تر به نظر می‌رسد.

چیز که در مورد ذهن مسلم است این است که ذهن انبوهی از شناخته‌هاست. برای مثال، اگر در جاده‌ای به یک دو راهی برسید، ذهن می‌گوید: «از این راه برو، آشنا به نظر می‌رسد.» - این ذهن است. ولی اگر شما به درویشان گوش کنید، مایل است به سمت ناشناخته‌ها و

ناآشناها برود. وجود همواره ماجراجوست. ذهن خیلی سنت‌گرا و محافظه کار است. او می‌خواهد همیشه در راههای امتحان شده، و جای پای قبلی گام بردارد، همیشه بی‌دردترین و آسانترین راه ممکن را انتخاب می‌کند.

بسانابراین همیشه به ناشناخته‌ها گوش کن. و عزمت را جزم کن تا به سوی ناشناخته‌ها بروی.

برای تعالی و رسیدن به مقصد نهایی، نیاز به شهادتی زیاد و ترسی هست. افرادی که سرتاسر وجودشان مملو از ترس است هیچوقت از مرز شناخته‌ها فراتر

چ

در یک دنیا بهتر،
خانواده‌ها از کودکان یاد
خواهند گرفت. شما برای
یاد دادن به کودکان مجله
دارید و به نظر نمی‌رسد
کسی بخواهد از آنها چیزی
یاد بگیرد، در حالی که
آنها چیزهای زیادی برای
یاد دادن دارند.

مخاطره آور است. معلوم نیست که آن عامل جدید چه موقع تمام می شود. چیزهای قدیمی شناخته شده و آشنا هستند، و با آنها مدتهای مدید زندگی کرده و به آنها عادت کرده اید. ولی چیزهای جدید نا آشنا هستند، ممکن است دوست باشند و یا اینکه دشمن، چه کسی می داند؟ راهی نیز برای فهمیدن این مسئله وجود ندارد! تنها راه برای دانستن این است که به آن اجازه ورود بدهیم؛ و بعد نگرانی و ترس پدیدار می شود. در عین حال نمی توانید آن را رد کنید، زیرا چیزهای قدیمی هم آن چیزی که به دنبالش بوده اید را به شما نداده است. چیزهای قدیمی قولهای زیادی داده بودند اما وعده ها انجام نشده است. چیزهای قدیمی آشنا هستند اما محقر و رقت آورند. چیزهای جدید ممکن است ناراحتی به وجود بیاورند اما این امکان وجود دارد که برای شما سعادت و لذت به همراه داشته باشند. بنابراین نه می توانید آن را رد کنید و نه می توانید آن را بپذیرید. از ایشرو متزلزل می شوید، می لرزید، و دلهره ای بزرگ در درونتان ایجاد می گردد. این حالت طبیعی هست، و هیچ اشتباهی واقع نشده است. در واقع این حالتی است که همیشه بوده و خواهد بود.

سعی کنید پیدایش عامل جدید را بفهمید. هرکس در دنیا می خواهد که جدید و تازه باشد، زیرا هیچ کس از چیزهای کهنه و قدیمی راضی نیست. هیچ کس از چیزهای کهنه و قدیمی نمی تواند خوشحال باشد، زیرا آنها هرچه که باشند معلوم و شناخته شده هستند.

وقتی عامل جدیدی به زندگی شما وارد می شود پذیرای آن باشید



جدید نا آشناست، ممکن است دوست باشد، یا اینکه دشمن، چه کسی می داند؟ راهی برای دانستن نیز وجود ندارد! تنها راه برای دانستن این است که به آن اجازه ورود بدهیم، و بعد نگرانی و ترس پدیدار می شود.

عامل جدید از شما نشأت نمی گیرد، بلکه از فراسوی شما می آید و جزئی از شما نیست. تمام گذشته تان در گرو است. این عامل جدید با شما پیوستگی ندارد. از ایشروست که وحشت به وجود می آید. شما با یک روش خاص زندگی کرده و تفکر تان در یک مسیر مشخص بوده است، و زندگی راحتی مبتنی بر اعتقادات تان ساخته اید. ناگهان عامل جدیدی به زندگی تان وارد می شود. حال تمام زندگی گذشته تان در معرض اختلال قرار می گیرد. اگر به آن عامل جدید اجازه ورود بدهید دیگر هرگز مثل قبل نخواهید بود، و عامل جدید شما را تغییر خواهد داد.

چیزی که یک بار شناخته می شود تکراری؛ کسل کننده و یکنواخت می شود. انسان تمایل دارد که خودش را از دست آن خلاص کند. انسان تمایل به اکتشاف و ماجراجویی دارد. مایل است تازه بشود، اما موقعی که عامل جدید در شما را می زند عقب می کشید، پس می زنید و خودتان را پشت چیزهای کهنه و قدیمی پنهان می کنید. این یک معضل است.

چطور ما می توانیم تازه بشویم؟ - در حالی که هر فردی این را می خواهد. اینجا شهادت لازم است، ولی نه یک شهادت معمولی؛ بلکه یک شهادت فوق العاده نیاز هست. چون دنیا پر از انسانهای ترسو است لذا مردم از رشد یافتن بازمانده اند. چگونه ممکن است در عین حالی که ترسو هستید رشد کنید؟ هر موقعیت جدیدی که پیش می آید خودتان را جمع کرده و عقب می کشید، پشیمانیان را به روی آن می بندید. در این صورت چگونه می توانید رشد کنید؟ چگونه می توانید باشید در حالی که فقط وانمود می کنید هستید.

و چون نمی توانید رشد کنید مجبورید رشدای جایگزین پیدا کنید. شما رشد نمی کنید، اما حساب بانکی تان می تواند رشد کند. این یک جایگزینی است. این رشد دیگر نیاز به شهادت ندارد، کاملاً با ترس و زبونی شما هماهنگ است. وقتی حساب بانکی شما رشد می کند ذکر می کنید که این شما هستید که دارید رشد می کنید. فرد محترم تری می شوید، اسم و شهرتان بالا می رود و فکر می کنید که رشد

می

کرده اید. ولی فقط خودتان را فریب می دهید. اسم شما، خود شما نیست، حتی شهرت شما نیز خود شما نیست. حساب بانکی تان موجودیت شما را تشکیل نمی دهد. اما اگر به هستی خودتان درست فکر کنید، چیزی درونتان تکان خواهد خورد، زیرا اگر می خواهید رشد کنید بایستی ترس و زبلی را به دور اندازید.

ما چطور تازه می شویم؟ از خودمان تازه نمی شویم بلکه تازگی از فراسوی ما می آید؛ از خدا. تازگی از هستی می آید. ذهن همیشه کهنه است. ذهن هیچ وقت جدید نیست؛ انبوهی از گذشته هاست. تازگی از فراسوی می آید؛ هدیه ای از جانب خدا. از ماورا می آید و متعلق به ماورا است.

شما یک جزیره نیستید،
شما ممکن است ماورا را
فراموش کرده باشید ولی
ماورا شما را فراموش نکرده
است. کودک ممکن است
مادر را فراموش کند ولی
مادر هرگز کودکش را
فراموش نمی کند جز.
ممکن است فکر کنند من
مجز و منفک هستم، اما
کل من داند که شما مجز و
منفک نیستید

ناشناخته‌ها و آنچه مربوط به ماوراست، به درون شما وارد شده است. به درون شما وارد شده زیرا در مقابل ناشناخته‌ها محفوظ و دورافتاده نیستید؛ شما یک جزیره نیستید. ممکن است ماورا را فراموش کرده باشید ولی ماورا شما را فراموش نکرده است. کودک ممکن است مادر را فراموش کند، ولی مادر هرگز کودکش را فراموش نمی‌کند. جزء ممکن است فکر کند: «من مجزا و منفک هستم»، اما کل می‌داند که شما مجزا و منفک نیستید. کل به درون شما وارد شده است و هنوز در تماس با شماست. به همین دلیل است که چیزهای جدید همچنان می‌آیند، هر چند شما از آنها استقبال نمی‌کنید. آنها هر صبح و عصر می‌آیند، به هزار و یک راه می‌آیند. اگر چشم دیدن داشته باشید، خواهید دید که به طور پیوسته و مداوم به سوی شما می‌آیند.

هستی به روی شما می‌بارد، اما محصور در گذشته‌تان هستید. در واقع در نوعی گور قرار دارید. فاقد حساسیت بوده و بی‌توجه شده‌اید. به دلیل ترستان حساستان را از دست داده‌اید. حساس بودن به مفهوم احساس کردن - میل و آرزوی جدید، و لرزیدن و هیجان زده شدن از چیزهای جدید است. به مفهوم شور و شغف بخاطر چیز جدید، و حس ماجراجویی که به دنبال آن پدید می‌آید است. در این حالت به سوی ناشناخته‌ها حرکت می‌کنید، بدون اینکه بدانید دقیقاً به کجا دارید می‌روید.

ذهن این را دیوانگی می‌پندارد. فکر می‌کند که ترک کردن

گذشته‌ها و به دور انداختن آنها منطقی نیست. ولی خدا همیشه تازه و جدید است. به همین دلیل ما زمانهای گذشته یا آینده را برای خدا به کار نمی‌بریم. ما نمی‌توانیم بگوییم: «خدا بود» یا «خدا خواهد بود». ما فقط زمان حال را می‌توانیم به کار ببریم و بگوییم: «خدا هست». او همیشه تازه و بکر است. در درون شما وارد شده و حضور دارد.

بخاطر داشته باشید، هر چیز جدیدی که به زندگی شما وارد می‌شود پیامی از جانب خداست. اگر آن را بپذیرید فردی مذهبی هستید و اگر آن را رد کنید فردی غیرمذهبی هستید. انسان فقط نیاز دارد قدری بیشتر آرام باشد تا چیزهای جدید را بپذیرد؛ قدری بازتر باشد تا اجازه دهد که عامل جدید به زندگی‌اش وارد شود. اجازه بدهید خدا به درون شما وارد شود.

این معنای کامل دعا (prayer) یا مراقبه (meditation) است - خودتان را می‌کشایید، می‌گویید «بله»، می‌گویید «وارد شو». «من خیلی منتظر بوده‌ام، متشکرم که آمده‌ای». همیشه عامل جدید را با شادی فوق‌العاده بپذیرا شوید. حتی اگر بعضی وقتها آن عامل جدید برای شما ناراحتی ایجاد کند، ولی ارزشش را دارد. زمانی که بعضی وقتها شما را از راهتان خارج کرده، در جوی آب بیاندازد، بازهم ارزشش را دارد زیرا فقط از طریق آزمون و خطا است که انسان یاد می‌گیرد، و تنها از میان مشکلات است که انسان رشد می‌کند. چیز جدید با خود مشکلات به همراه می‌آورد. به همین دلیل است که گذشته را انتخاب می‌کنید - زیرا

هیچ مشکلی را به همراه نمی آورد. مثل دلخوشی و تسلی خاطر، مثل یک پناهگاه و جای امن است.

و حالا عامل جدید که کامل و عمیق پذیرفته شده و می تواند شما را تغییر داده و دگرگون کند. شما نمی توانید عامل جدید را به زندگی تان

بیاورید؛ زیرا خودش می آید. فقط می توانید آن را قبول کرده و یاد کنید. اگر آن را رد کنید، مثل یک سنگ برجا می مانید، بسته و مرده. اگر آن را بپذیرید تبدیل به یک گل می شوید، شروع به باز شدن می کنید... و این باز شدن یک جشن است.

فقط ورود عامل جدید به زندگی می تواند شما را تغییر بدهد، راه دیگری برای دگرگونی وجود ندارد. بخاطر داشته باشید، که این مسئله ارتباطی به شما و تلاشان ندارد؛ البته اینکه کاری انجام ندهید به مفهوم این نیست که از فعالیت دست بکشید بلکه به مفهوم فعالیت بدون میل یا عدم

و

شما نمی توانید

عامل جدید را به

زندگی تان بیاورید، زیرا

خودش می آید. فقط

می توانید آن را

قبول کرده

و یاد

کنید.

جهت گیری و اثر گرفتن از گذشته است. جستجو برای عامل جدید یک جستجوی معمولی نمی تواند باشد؛ زیرا وقتی چیزی جدید است شناخته شده نیست - چطور باید آن را جستجو کرد؟ عامل جدید را نمی شناسید، یا آن هرگز برخورد نداشته اید.

جستجو برای عامل جدید باید مثل یک اکتشاف باز باشد. آدم چیزی از آن نمی داند و باید در حالتی از ندانستن شروع کند، مثل یک بچه. باید مصومانه جلو برود - و از پیشامدها پرشور و شوق گردد. امکان وقوع پیشامدها همیشه است.

شما هیچ کاری برای ایجاد عامل جدید نمی توانید انجام بدهید، زیرا هرچه که انجام بدهید قدیمی، و مربوط به گذشته است. اما به این مفهوم نیز نیست که دست از فعالیت بکشید بلکه به مفهوم فعالیت بدون میل یا عدم جهت گیری و اثر گرفتن از گذشته است - در واقع فعالیت به صورت مراقبه، فعالیت خودبخود و بدون برنامه ریزی قبلی است. پس اجازه بدهید که لحظه ها سرنوشت ساز باشند.

تصمیم خودتان را تحمیل نکنید، زیرا تصمیم شما متعلق به گذشته است و عامل جدید را از بین می برد. فقط مثل یک بچه، در لحظه عمل کنید. کاملاً خودتان را در لحظه رها کنید - و لذا هر روز روزنه جدید، فروغ جدید و بصیرت جدیدی خواهید یافت. و این بصیرتهای جدید شما را تغییر خواهد داد. یک روز، به ناگهان می بینید که در هر لحظه تان جدید هستید. چیزهای قدیمی دیگر باقی

طبیاً این وجود کاذب که «من» نامیده می‌شود دائماً در حال ترس از مرگ است. به همین دلیل است که از عامل جدید می‌ترسید.

این «من» شماس است که می‌ترسد، نه خود واقعی شما. وجود ترسی ندارد، اما «من» ترس دارد، زیرا «من» خیلی از مردن می‌ترسد. «من»، ساختگی و خودسر است، این دو با هم هستند. می‌توانند هر لحظه از هم جدا شوند. وقتی که عامل جدید وارد می‌شود ترس ایجاد می‌شود. آن «من» می‌ترسد، ممکن است جدا شود. تلاش دارد به نحوی خودش را با خود واقعی شما در یک قالب حفظ کند، و حالا عامل جدید می‌آید. چیزی که تکان دهنده است. به همین دلیل است که عامل جدید را با شادی و شغف نمی‌پذیرید. «من» شما نمی‌تواند مرگ خودش را با شادی بپذیرد - اصلاً چطور امکان دارد که فنای خودش را با شادمانی و سرور بپذیرد؟

مگر اینکه درک کنید شما آن «من» نیستند، و اینطور قادر نیستید عامل جدید را دریافت کنید. آنوقت یکباره می‌بینید که آن «من» محفوظات گذشته شماس است نه چیز دیگر، شما محفوظاتان نیستید و اینکه حافظه، درست مثل یک کامپیوتر زنده است، یک ماشین، یک مکانیسم، حسابگر اما شما ورای اینها هستید... شما همان هشیارینان هستید، نه حافظه‌تان. حافظه مضمونی از آگاهی و هشیاری است. ولی شما خود هشیاری و آگاهی هستید.

برای مثال، می‌بینید یک نفر در جاده راه می‌رود. قیافه آن فرد

نمی‌مانند، مثل ابر در اطراف شما نمی‌چرخند. مثل یک قطره شبنم، تازه و جوان هستید.

این معنای واقعی تجدید حیات یا قیامت (resurrection) است. اگر این را بفهمید آنوقت از قید حافظه - حافظه روانشناسانه - آزاد خواهید شد. محفوظات یا حافظه چیزی مرده است. امری حقیقی نبوده و هرگز نیز نمی‌تواند باشد، زیرا حقیقت همیشه زنده است. حقیقت، زندگی است ولی محفوظات تداوم و استمرار آن چیزی است که دیگر وجود ندارد. مثل زندگی در دنیای اشباح است، ولی ما را در بر گرفته و زندان ماست. در حقیقت، خود ماست. حافظه گره و مشکل ایجاد می‌کند، مجموعه‌ای که «من» یا خود نامیده می‌شود را ایجاد می‌کند.

حی

فقط مثل یک بچه، در
لحظه محل کنید. کاملاً
خودتان را در لحظه‌ها
کنید - ولذا هر روز روزنه
جدید، فروغ جدید و
بصیرت جدیدی خواهید
یافت. و این بصیرتهای
جدید شما را تغییر خواهد
داد.

می

خیلی پندرسه کسی
می خواهد شاد باشد —
منبرم آنچه که به حرفه
می گویند.
تدرتا کسی حاضر لسه که
شاد باشد — مردم در
خموس بدبختی
سرمایه گذاری کرده اند.
آنها عاشق این هستند که
شعگین باشند...
در حقیقت آنها از شعگین
بودن خود شاد هستند.

اسم فراموش شده برایتان ظاهر
می شود.

شما حافظه تان نیستید. آگاهی
و هشیاری هستید. حافظه مضمونی
از آگاهی و هشیاری است. اما
حافظه انرژی کامل «من» شماست.
السته حافظه قدیمی است، از
چیزهای جدید واهمه دارد. عامل
جدید ممکن است مزاحمت ایجاد
کند، یا به شکلی باشد که قابل هضم
نباشد. ممکن است دردسرهایی نیز
ایجاد کند. بایستی خودتان را تغییر
داده و مرتباً خود را تنظیم کنید.
این کار سخت و دشوار بنظر
می رسد. برای جدید بودن نیاز
هست که ارتباط هویتی تان را با
«من» خود قطع کنید. وقتی ارتباط
هویتی تان را با «من» خود قطع
کنید، آنوقت مرده بودن یا زنده
بودن آن برایتان مهم نخواهد بود.

یادتان می ماند ولی اسم او از یادتان می رود. اگر فقط حافظه تان باشید
باید اسم او را هم بخاطر داشته باشید. اما می گویند. «من چهره اش را
تشخیص می دهم ولی اسمش را به یاد نمی آورم.» سپس در حافظه خود
جستجو می کنید، داخل حافظه تان می شوید، این سو و آنسو را نگاه
می کنید، ناگهان اسم او ظاهر می شود و می گویند: «بله، این اسم
اوست.» حافظه سوابق شماست. شما هستید که سوابق را جستجو
می کنید، پس شما حافظه تان نیستید.

مثال فوق بارها اتفاق می افتد، وقتی که خیلی مایلید چیزی را
بخاطر بسپارید و بخاطر سپردن آن برایتان مشکل می شود. زیرا تمایل
زیاد و فشار فوق العاده روی خود موجب می شود که حافظه اطلاعاتش
را برایتان آزاد نکند. خیلی تلاش می کنید که اسم شخص مربوطه را
بخاطر بیاورید ولی به یاد نمی آید، حتی می گویند اسم او درست روی
نوک زبان تان است. می دانید که اسمش را می دانید ولی یادتان نمی آید.
حالا عجیب اینجاست. اگر شما حافظه تان هستید، پس چه
کسی مانع شماست و چطور آن اسم را بخاطر نمی آورید؟ و آن چه
کسی است که می گویند «اسمش را می دانم ولی بخاطر نمی آید؟» لذا
خیلی سخت تلاش می کنید، به خودتان فشار می آورید، ولی هرچه
سخت تر تلاش می کنید با مشکل بیشتری اسم فراموش شده به یادتان
می آید. بنابراین، خسته و پکر از همه چیز به حیاط یا باغچه می روید
که کمی قدم بزنید و ناگهان، وقتی دارید به یک بوته گل رز نگاه می کنید،

در واقع، می‌دانید چه زنده باشید چه در حال مرگ، «من» قبلاً برای شما مرده است. درست مثل یک مکانیسم است. از او استفاده کنید ولی مورد استفاده‌اش واقع نشوید. «من» همواره از مرگ می‌ترسد زیرا خودسر و مستبد است. از وجود نشأت نمی‌گیرد؛ زیرا وجود یعنی زندگی - چطور زندگی می‌تواند از مرگ وحشت داشته باشد؟ زندگی هیچ چیزی دربارهٔ مرگ نمی‌داند. «من» از خودسری، تصنع، دروغ و جعل و تزویر نشأت می‌گیرد. ولی زندگی به مفهوم ادامهٔ حرکت است. مرگ «من» است که انسان را زنده نگه می‌دارد. مردن در «من» یعنی متولد شدن در وجود.

عامل جدید پیامبری از جانب خدا، و پیغامی از جانب اوست. یک وحی است! به عامل جدید گوش بدهید، با آن همراه شوید. می‌دانم که می‌ترسید. علیرغم ترس، با آن همراه شوید، آنوقت زندگیتان پربارتر و غنی‌تر شده و یک روز می‌بینید که قادر هستید شکوه و درخشش در بند کشیدهٔ خود را آزاد و رها کنید.

ما چیزهای زیادی را در زندگی از دست می‌دهیم زیرا فاقد شهامت هستیم. در واقع، تلاش خاصی لازم نیست انجام بدهیم - فقط شهامت - آنوقت چیزها بجای اینکه شما به طرف آنها بروید به سوی شما می‌آیند... حداقل در دنیای درون اینطور می‌شود.

برای من، خوشی و نشاط یعنی شهامت فوق‌العاده. و بدبختی و بیچارگی یعنی خیلی ترسو بودن. در واقع برای بدبخت بودن، هیچ

کاری لازم نیست انجام شود. هر شخص یزدل یا احمق می‌تواند بدبخت باشد. هر کسی می‌تواند بدبخت باشد، اما برای خوش بودن، شهامت فوق‌العاده‌ای لازم است - یک کار سخت و دشوار.

ما فکر می‌کنیم «برای شاد بودن چه چیزی لازم است؟ هر کسی می‌خواهد شاد باشد. ولی این کاملاً غلط است. خیلی بندرت کسی می‌خواهد شاد باشد - علیرغم آنچه که به حرف می‌گویند. ندرتاً کسی حاضر است که شاد باشد - مردم در خصوص بدبختی خود خیلی سرمایه‌گذاری کرده‌اند. آنها عاشق این هستند که غمگین باشند... در حقیقت آنها از غمگین بودن خود شاد هستند.

خیلی چیزها هست که باید فهمیده شود - و گر نه خیلی مشکل است که از شر بدبختی و بیچارگی خلاص شد. اولین چیز: اینکه هیچ کس شما را در بدبختی نگه نمی‌دارد بلکه این خود شما هستید که تصمیم گرفته‌اید در این زندان بدبختی و سیاه‌روزی باقی بمانید. هیچکس، کس دیگر را نگرفته است. کسی که آماده است از شر بدبختی خلاص شود، می‌تواند همین لحظه خودش را از دست آن خلاص کند. هیچ کس دیگر در این رابطه مسئول نیست. اگر یک نفر بدبخت است، خود مسئول آن است، اما یک فرد بدبخت هرگز این مسئولیت را برعهده نمی‌گیرد - و این روش وی برای باقی ماندن در بدبختی و بیچارگی است و می‌گوید: «کس دیگری مرا بدبخت کرده است».

اگر شخص دیگری شما را بدبخت کرده است، چه کار می‌توانید

بکنید؟ ولی اگر عامل بدبختی تان، خود شما بوده‌اید می‌شود کاری کرد... می‌شود به فوریت کاری انجام داد. آنوقت مختار هستید که بدبخت باشید یا نباشید. مردم معمولاً مسئولیت را به گردن دیگران می‌اندازند... گاهی وقتها به گردن همسرشان، گاهی به گردن خانواده، بعضی وقتها به گردن شرایط و اوضاع و احوال، به گردن دوران کودکی، پدر، مادر، ... بعضی وقتها به گردن جسامه، تاریخ، سرنوشت، خدا و این کار را همیشه انجام می‌دهند. اسمها مختلف است اما ترفندها یکسان هستند.

یک مرد وقتی واقعاً مرد است

که تمام مسئولیتها را بپذیرد... او در رابطه با آنچه که هست مسئول است. این اولین شهامت و بزرگترین شهامت است. خیلی مشکل است پذیرفتن این مسئله، زیرا ذهنش به او می‌گوید «اگر تو مسئول این وضع هستی. چرا آن را ایجاد می‌کنی؟» لذا برای اجتناب از این امر می‌گویم

مرد

یکه مرد وقتی واقعا

مرد لسه که تمام

مسئولیتها را بپذیرد... او

در رابطه با آنچه که هست

مسئول لسه این اولین

شهامت و بزرگترین

شهامت لسه.

که فرد دیگری مسئول این وضع است و می‌گویم: «من چه کار می‌توانم بکنم؟ بدون کمک و یاور... من یک قربانی هستم! من توسط قدرتهای قویتر از خودم به اینجا و آنجا پرت شده‌ام و هیچ کاری نمی‌توانم انجام بدهم. بیشترین کاری که بتوانم بکنم این است که در مورد بدبختی خودم گریه بکنم.» هر چیزی رشد می‌کند... و اگر روی آن کار کنید رشد می‌یابد. بعد عمیق و عمیق‌تر می‌شود... در نتیجه عمیق‌تر غرق می‌گردید.

هیچکس، و هیچ نیرویی برای شما کاری نمی‌تواند بکند. فقط شما هستید و خودتان. و این تمام فلسفه «کارما» (Karma) است - «کارما» عملکردتان است، «کارما» به معنی عمل کردن است. شما انجامش داده‌اید و می‌توانید اثرش را از بین ببرید. نیازی به تأمل کردن نیست، نیازی به زمان نیست - براحتی می‌توانید از آن عبور کنید.

اما ما عادت کرده‌ایم. اگر بدبختی خود را رها کنیم خیلی احساس تنهایی خواهیم کرد، نزدیکترین همراهمان را از دست می‌دهیم. مثل سایه‌مان شده است - که همه جا دنبالمان می‌کند. وقتی هیچکس هم نباشد حداقل بدبختی تان در کنار تان هست - انگار با شما وصلت کرده است. این یک وصلت طولانی است؛ و گویی با بدبختی چند دوره زندگی کرده و وصلت کرده‌اید.

حالا وقش است که ترکش کنید. من ترک بدبختی را شهامت بزرگ می‌نامم - ترک کردن بدبختی، از دست دادن کهنه‌ترین عادت ذهن بشری، قدیمی‌ترین همراه.



انجام داد. چراغ را خاموش کنید، تاریکی خواهد بود. چراغ را روشن کنید، دیگر تاریکی نخواهد بود - ولی در هر حال هر کاری را با نور انجام می‌دهید. شما نمی‌توانید هیچ کاری با تاریکی انجام دهید.

ترس تاریکی است. فقدان عشق است. هیچ کاری نمی‌توانید در رابطه با آن انجام دهید. هرچه بیشتر سعی کنید، بیشتر دچار ترس می‌شوید، چرا که آن را بیشتر غیر ممکن می‌یابید. مشکل بیشتر و پیچیده‌تر می‌شود. اگر شما با تاریکی مبارزه کنید، مغلوب خواهید شد. شما می‌توانید شمشری بردارید و تلاش نمایید تاریکی را از بین ببرید؛ اما فقط نیرویتان گرفته می‌شود. در نهایت ذهن می‌اندیشد که «تاریکی بسیار قدرتمند است و به این دلیل است که من مغلوب شده‌ام».

اینجاست که منطق دچار اشتباه می‌شود. این مسئله کاملاً منطقی است - اگر شما با تاریکی مبارزه کردید و نتوانستید بر آن غلبه کرده یا آن را نابود کنید، کاملاً منطقی است این‌گونه نتیجه‌گیری کنید که، «تاریکی بسیار بسیار نیرومند است و من در مقابل آن ناتوان هستم». اما حقیقت، برخلاف این است. شما ناتوان نیستید و این تاریکی است که ناتوان است. در حقیقت، تاریکی وجود ندارد - به همین دلیل است که شما نتوانستید بر آن غلبه کنید. چگونه می‌توان بر چیزی غلبه کرد که وجود ندارد؟

با ترس مبارزه نکنید؛ در غیر این صورت هرچه بیشتر دچار ترس می‌شوید و یک ترس تازه در وجود شما پدیدار می‌شود و آن

شهامت عشق ورزیدن

چ

ترس چیزی نیست جز فقدان عشق. هر کاری را با عشق انجام دهید و ترس را فراموش کنید. اگر درست عشق بورزید، ترس ناپدید می‌شود.

اگر عمیقاً عشق بورزید، ترس ناپدید می‌شود. ترس منفی بافی است، یک نوع فقدان است. این مسئله باید بسیار عمیق درک شود. اگر اشتباه کنید، هرگز قادر نخواهید بود ماهیت ترس را دریابید. ترس مانند تاریکی است. تاریکی وجود ندارد، فقط بنظر می‌رسد که وجود دارد. در واقع فقدان نور است؛ این روشنائی است که وجود دارد؛ روشنائی را حذف کنید - تاریکی خواهد بود.

تاریکی وجود ندارد، شما نمی‌توانید تاریکی را حذف کنید. هر کاری که می‌توانید انجام دهید، ولی نمی‌توانید تاریکی را حذف کنید. شما نمی‌توانید آن را بیاورید و یا آن را دور بیندازید. اگر بخواهید کاری در رابطه با تاریکی انجام دهید، آن کار را در رابطه با روشنائی انجام دهید، زیرا تنها در این رابطه است که چیزی وجود دارد، می‌توان کاری

ترس از ترس است که بسیار خطرناک است. در مرحله اول، ترس یک فقدان است. در مرحله بعد ترس از ترس، در واقع ترس از فقدان فقدان است. سپس وارد مرحله جنون می شوید. ترس چیزی نیست جز فقدان عشق. هر کاری را با عشق انجام دهید و ترس را فراموش کنید. اگر درست عشق بورزید، ترس ناپدید می شود. اگر عمیقاً عشق بورزید، ترس ناپدید می شود.

زمانی که عاشق فردی شده اید، حتی برای یک لحظه، آیا ترسی وجود دارد؟ هیچ گاه و در هیچ ارتباطی، حتی برای یک لحظه، هنگامی که دو نفر، عمیقاً عاشق یکدیگر باشند و با هم دیدار نمایند - ترس وجود نخواهد داشت. درست مثل اینکه چراغ روشن بوده و تاریکی ناپدید شده باشد. کلید رمز این است: بیشتر عشق بورزید.

اگر احساس می کنید ترس در وجودتان هست، بیشتر عشق بورزید. در عشق جسور و پاشهات باشید. در عشق ماجراجو باشید. بدون هیچ قید و شرطی، عشق بورزید، زیرا هرچه بیشتر عشق بورزید، ترس کمتری خواهید داشت.

و وقتی من از عشق می گویم، منظوم هر چهار مرحله عشق، از مرحله آمیزش تا مرحله فرا آگاهی (Samadhi) است.

عمیقاً عشق بورزید.

اگر عمیقاً در یک آمیزش عشق بورزید، ترس بیشتری از جسمتان دور می شود. اما اگر بدتان از ترس بلرزد، ترس از

آمیزش است؛ یعنی آمیزش عمیق نداشته اید. وقتی می لرزید، راحت نیستید.

عمیقاً عشق بورزید. یک ارضای جنسی تمام ترس را از شما دور می کند. وقتی این را می گویم منظوم این نیست که شجاع می شوید، زیرا افراد شجاع چیزی نیستند، جز ترسهای وارونه شده. وقتی می گویم تمام ترس از بین می رود، منظوم این است که دیگر هیچ ترس و شجاعتی نخواهد بود. زیرا این دو، جنبه هایی از ترس هستند.

به افراد شجاع بنگرید: متوجه خواهید شد که آنها در اعماق وجود خود می ترسند، آنها فقط یک زره اطراف خود به وجود آورده اند. شجاعت به مفهوم ترس بودن نیست، بلکه ترسی است که بخوبی محفوظ و محصور شده است.

زمانی که ترس ناپدید می شود، شما ترس می شوید و یک انسان ترس کسی است که هیچ وقت در هیچ کسی ایجاد ترس نمی کند و به



اگر بدتان از ترس

بلرزد، ترس از آمیزش

اسمه! یعنی آمیزش عمیق

نداشته اید. وقتی

می لرزید، راحت

نیستید.

فضاهای باریک، قید و بندها و محدودیتها نگذارید. اگر شما هوای تازه را به خانه‌تان بیاورید و از هر طرف آن را بسته نگه دارید - تمام پنجره‌ها و درها بسته باشند - خیلی زود طراوت خود را از دست می‌دهد و می‌گندد. هر زمان عشقی به وجود می‌آید، قسمتی از آزادی است؛ سپس شما آن هوای تازه را زود به منزلتان که محصور است می‌آورید و همه چیز کثیف و گندیده می‌شود.

این یک مشکل عمیق، برای همه انسانها - بوده و هست. زمانی که شما عاشق می‌شوید، همه چیز زیبا بنظر می‌آید، زیرا در آن لحظات شما قید و شرطی قرار نمی‌دهید. دو نفر در کنار هم بدون قید و شرط حرکت می‌کنند. ولی زمانی که ساکن می‌شوند، زمانی که شروع می‌کنند از یکدیگر خواسته‌ای داشته باشند، آنگاه قید و بندها تحمیل می‌شوند: «تو باید این‌طور باشی، تو باید آن‌طور باشی، فقط در این صورت دوست دارم» - گویی که عشق معامله و چانه‌زنی است.

وقتی که شما با تمام وجود عشق نمی‌ورزید، دارید معامله می‌کنید. شما می‌خواهید طرف مقابل را وادار کنید بخاطر شما کاری انجام دهد، که فقط در آن صورت او را دوست داشته باشید، در غیر این صورت به عشق خود پشت پا می‌زنید. شما از عشق خود به عنوان یک عامل تنبیه، یا زور استفاده می‌کنید، ولی عشق نمی‌ورزید. خواه تلاش بکنید عشق خود را دریغ نمایید و یا آن را بدهید، در هر دو صورت عشق به مفهوم خود هدف شما نیست، چیز دیگری هدف است.

کسی نیز اجازه نمی‌دهد در او ایجاد ترس کند.

ارضای جنسی عمیق به بدن احساس راحتی زیاد می‌دهد. یک آرامش بسیار بسیار عمیق در بدن اتفاق می‌افتد، زیرا که تمامی بدن آن را حس می‌کند.

سپس مرحله بعدی عشق است. به مردم بدون قید و شرط عشق بورزید. اگر شما چندین شرط در ذهن خود بگذارید، هیچ‌گاه قادر نخواهید بود عشق بورزید، آن شروط تبدیل به موانع می‌شوند. از آنجا که عشق به نفع شماست، چرا با گذاشتن قید و شرط خود را دچار زحمت می‌کنید؟ عشق بسیار سودمند است، مثل یک خوشی عمیق - بدون هیچ قید و شرطی عشق بورزید و هیچ چیزی در عوض آن طلب نکنید. اگر بتوانید این مسئله را درک کنید که فقط با عشق ورزیدن به مردم، می‌توانید حس نترسی را در خود رشد دهید، بخاطر لذت محض آن، عشق خواهید ورزید!

معمولاً مردم فقط زمانی که شروطشان برآورده شود عشق می‌ورزند. آنها می‌گویند، تو باید این چنین باشی، فقط در این صورت دوست خواهم داشت. یک مادر به فرزند می‌گوید، «من فقط زمانی دوست خواهم داشت که درست رفتار کنی». همسر به شوهر می‌گوید، «تو باید این گونه باشی، فقط آنگاه می‌توانم دوست داشته باشم». همه افراد ایجاد قید و شرط می‌کنند، بنابراین عشق ناپدید می‌شود.

عشق، آسمان بی‌نهایت است! شما نمی‌توانید آن را به زور در

اگر شوهر هستید، برای همسر خود هدایایی می آورید - او خوشحال است، به شما می چسبد، شما را می بوسد؛ ولی هنگامی که چیزی به منزل نمی آورید، فاصله ایجاد می شود؛ دیگر خودش را به شما نمی چسباند و نزدیک شما نمی شود. وقتی چنین اعمالی انجام می دهید فراموش کرده اید هنگامی که عشق می ورزید، در واقع به نفع خود شما بوده نه فقط به نفع دیگران. در مرحله اول، عشق به آن افرادی که عشق می ورزند کمک می کند. در مرحله بعد، به افرادی که مورد عشق ورزی قرار می گیرند، کمک می شود.

مردم نزد من می آیند، مدام می گویند: «طرف مرا دوست ندارد.» هیچ کس نمی آید، بگویند: «من طرف را دوست ندارم.» عشق تبدیل به تقاضا شده است: «طرف مرا دوست ندارد.» طرف را فراموش کنید! عشق چنان پدیدۀ زیبایی است، که اگر عشق بوزید لذت خواهید برد. و هرچه بیشتر دوست بدارید، بیشتر دوست داشتنی خواهید بود. هرچه کمتر دوست بدارید و بیشتر مطالبه کنید تا دیگران شما را دوست بدارند، کمتر و کمتر دوست داشتنی شده و بیشتر و بیشتر بسته شده و محدود و منحصر به منیت خود می شوید. در این صورت دل نازک می شوید - حتی اگر کسی به شما نزدیک شود تا دوستان بدارد، و اهمه دارید، زیرا در هر عشقی امکان دست رد به سینه خوردن وجود دارد.

هیچ کس شما را دوست ندارد - این امر یک تصور عمیق و ریشه دار در شما شده است. چگونه او تلاش دارد تا ذهنتان را

عوض کند؟ آیا تلاش می کند دوستان بدارد؟ یک جای کار اشکال دارد، آیا او تلاش می کند شما را بفریبد؟ باید مرد زیرک و حیلہ گری باشد. شما از خودتان محافظت می کنید. به هیچ کس اجازه نمی دهید دوستان داشته باشد. خودتان نیز دیگران را دوست نمی دارید. آنگاه ترس به وجود می آید. آنگاه در این دنیا تنها و بی کس و بدون ارتباط با دیگران می مانید.

پس، ترس چیست؟ ترس، احساس عدم ارتباط با هستی است. اجازه بدهید این عبارت، تعریف ترس باشد: ترس، حالت عدم ارتباط با هستی است. تنها رها می شوید. کودکی گریان در خانه، و پدر و مادر و تمام اعضای خانواده اش به تئاتر رفته اند. کودک در گهواره اش گریه می کند و اشک می ریزد. تنها، بدون هیچ ارتباطی رها شده، بدون کسی که از او محافظت کند. بدون کسی که به او آرامش و تسکین دهد و او را دوست بدارد. یک تنهایی وسیع در اطرافش وجود دارد. این حالت، حالت ترس است.

این مسأله به این دلیل اتفاق می افتد که طوری بزرگ شده اید که به عشق اجازه نمی دهید پدید بیاید. تمامی انسانها برای چیز دیگری بجز عشق تعلیم و تربیت یافته اند. برای کشتن، تعلیم یافته ایم. ارتشها وجود دارند. سالها تعلیم برای کشتن! برای محاسبه و شمارش تعلیم یافته ایم. کالجها و دانشگاهها وجود دارند، سالها تعلیم فقط برای یادگیری محاسبه تا کسی نتواند شما را فریب بدهد، اما شما بتوانید

دیگران را فریب دهید. اما هیچ کجا فرصتی ایجاد نمی شود که به شما اجازه دهد عشق بورزید - و در آزادی عشق بورزید.

در واقع، نه نقطه مورد فوق الذکر، بلکه اجتماع نیز مانع هرگونه تلاشی برای عشق ورزیدن می شود. والدین دوست ندارند فرزندانشان عاشق شوند. هیچ پدر و مادری دوست ندارد. هرچه تظاهر هم کنند، باز هم هیچ پدر و مادری دوست ندارد فرزندانش عاشق شوند. آنها ازدواجهای قراردادی و تنظیم شده را دوست دارند.

چرا؟ زیرا هنگامی که یک مرد جوان عاشق زن یا دختری می شود؛ از خسانواده اش دور می شود و

خانواده جدیدی را تشکیل می دهد، خانواده خودش را. و البته مخالف خانواده سابق است، او سرکش و متهمد است. او می گوید: «حالا دارم دور می شوم، زندگی خودم را تشکیل می دهم.» و زن متعلق به خودش را انتخاب می کند؛ پدر هیچ کاری از دستش

بر نمی آید. مادر نیز نمی تواند کاری کند. بنظر می رسد دست هر دوشان کوتاه است.

نه، آنها دوست دارند خودشان ترتیب این مسئله را بدهند: «خودت خانه ای تشکیل بده، اما اجازه بده ما آن را درست کنیم، چون ما حرف زیادی در این مورد داریم. و عاشق نشو - زیرا زمانی که عاشق شوی، عشق تبدیل به همه دنیا می شود.» اگر ازدواج شما یک ازدواج قراردادی و تنظیم شده باشد فقط یک موضوع اجتماعی است. شما عاشق نیستید؛ همسران تمام دنیای شما نیست، شوهرتان تمام دنیای شما نیست. بنابراین هر جا که ازدواج قراردادی ادامه یابد، خانواده ادامه خواهد داشت. و هر کجا که توأم با عشق به وجود بیاید، خانواده ناپدید می شود.

در غرب، خانواده در حال ناپدید شدن است. اکنون شما می توانید منطق کامل اینکه چرا ازدواج قراردادی و تنظیم شده وجود دارد را ببینید: خانواده می خواهد که وجود داشته باشد. اگر شما احساس می کنید نابود شده اید، اگر امکان وجود عشق برای شما نابود شده است، این مسئله مهم نیست؛ شما مجبورید بخاطر خانواده قربانی شوید. اگر ازدواج انجام شود خانواده مشترک به وجود می آید. آنگاه در یک خانواده صدها نفر می توانند زندگی کنند. اما اگر پسری یا دختری عاشق شود، آنها برای خودشان یک دنیا می شوند. می خواهند تنها حرکت کنند، خلوت خودشان را می خواهند. صدها نفر، اطراف

ترس، احساس عدم ارتباط
با هستی لسمه اجازه
بدهید این مبارزه
تعریفه ترس باشد؛
ترس، حاله عدم ارتباط یا
هستی لسمه

یا نقاشی کنید و یا شعر بگویید، اما سرنیزه یا بمب اتم بر نمی‌دارید تا دیوانه‌وار پروید به مردم یورش ببرید و کسانی را بکشید که کاملاً برای شما ناشناختند، مردمی که کاری نکرده‌اند، مردمی که همان قدر که شما برای آنها ناشناسید آنها نیز برای شما ناشناختند.

دنيا فقط زمانی که عشق دوباره به آن وارد شود جنگها را رها خواهد کرد. سیاستمداران دلشان نمی‌خواهد شما عشق بورزید، همه آنها می‌خواهند انرژی عشق شما را کنترل کنند زیرا این تنها انرژی است که وجود دارد. به همین دلیل است که ترس وجود دارد.

اگر شما حرفهای مرا به خوبی درک می‌کنید تمام ترسها را رها کنید و بیشتر عشق بورزید - بدون قید و شرط عشق بورزید. وقتی که عشق می‌ورزید به نفع خود شماست. پس معطل نکنید. نگویید و تنی دیگران عشق بورزند، شما نیز عشق خواهید ورزید - این اصلاً موردنظر نیست.

خودخواه باشید، عشق خودخواه است. به مردم عشق بورزید - از این طریق کامل می‌شوید، شما بیشتر و بیشتر از این طریق خوشحال و خوشبخت خواهید شد. هنگامی که عشق عمیق تر شود، ترس ناپدید می‌شود. عشق نور

خویش را نمی‌خواهند، عموها، عموی عموها، پسرخاله‌ها... آنها این بازار گسترده را در اطرافشان نمی‌خواهند. می‌خواهند دنیای مخصوص خودشان را در اطراف خود داشته باشند. تمام این چیزها مزاحم هستند.

اجتماع به عشق اجازه نمی‌دهد به وجود بیاید زیرا اگر فردی حقیقتاً و عمیقاً عاشق باشد نمی‌شود او را تحت نفوذ قرار داد. شما نمی‌توانید او را به جنگ بفرستید، او خواهد گفت: ومن در اینجا که هستم بسیار شادم! کجا می‌خواهید مرا بفرستید؟ و چرا باید بروم و بیگانگانی را که ممکن است در خانه‌های خود شاد باشند، بکشم؟ و ما هیچ اختلاف، هیچ برخوردی در منافع نداریم...»

اگر نسل جوان هرچه عمیق تر به سوی عشق ورزی حرکت کند، جنگها ناپدید خواهند شد، زیرا نمی‌توانید به اندازه کافی مردمی پیدا کنید که به جنگ بروند. اگر عشق بورزید، در حقیقت گوشه‌ای از زندگی را چشیده‌اید. دیگر مرگ و کشتن مردم را دوست نخواهید داشت. وقتی عشق نمی‌ورزید، مزه زندگی را نچشیده‌اید؛ مرگ را دوست دارید.

ترس می‌کشد، می‌خواهد که بکشد. ترس مخرب است؛ ولی عشق یک انرژی خلاق است. وقتی شما عشق می‌ورزید دوست دارید بیافرینید - ممکن است دوست داشته باشید یک آواز بخوانید

است، ترس تاریکی است.

سپس مرحله سوم عشق - یعنی دعا فرا می رسد. کلیساها، مذاهب، فرقه های سازماندهی شده - به شما یاد می دهند دعا کنید. اما در حقیقت برخی از آنها مانع دعا کردن شما می شوند، زیرا دعا یک پدیده خودبخود و خودجوش است و نمی تواند تعلیم داده شود. اگر به شما در کودکی دعا کردن تعلیم داده شده، از تجربه زیبایی که ممکن بوده برایتان اتفاق بیفتد جلوگیری شده است. دعا کردن یک پدیده خودجوش است.

من باید برای شما یک داستان را که دوست دارم، نقل کنم. لئوتولستوی داستان کوچکی نوشته است: در قسمت خاصی از روسیه قدیم دریاچه ای بود، و بخاطر سه

قدیس مشهور شده بود. تمام کشور به آنجا علاقمند بودند. هزاران نفر



خودخواه باشید عشق

خودخواه لسه به مردم

عشق بورزید - از این

طریق کامل می شوید.

هرچه بیشتر و بیشتر از این

طریق خوشحال و

خوشبخت خواهید شد.

و هنگامی که عشق

مقیم تر شود، ترس ناپدید

می شود، عشق نور لسه،

ترس تاریکی لسه.

از مردم به سوی آن دریاچه سفر می کردند تا آن سه قدیس را ببینند. کشیش اعظم کشور بیمناک شد: چه اتفاقی دارد می افتد؟ او هرگز راجع به این «قدیسین» چیزی نشنیده بود و آنها به وسیله کلیسا تأیید شده بودند؛ چه کسی آنها را قدیس نموده بود؟ مسیحیت یکی از احمقانه ترین کارهای ممکن را انجام می دهد. آنها گواهی نامه اعطا می کنند: «این فرد یک قدیس است». گویی شما می توانید با گواهی دادن به یک فرد از او یک قدیس بسازید!

اما مردم مشتاق تر می شدند و اخبار بیشتری از معجزاتی که رخ می داد، می رسید. بنابراین کشیش اعظم مجبور شد برود و ببیند اوضاع از چه قرار است. او با قایقی به جزیره، جایی که سه فرد فقیر زندگی می کردند رفت: آنها افراد ساده و فقیری بودند، اما بسیار شادمان - زیرا فقط یک فقر وجود دارد و آن فقر نیز قلبی است که نتواند عشق بورزد. آنها فقیر بودند، اما در حقیقت ثروتمند بودند، ثروتمندترین کسانی که می شد یافت.

آنها از نشستن زیر درخت و خندیدن، لذت بردن و خوشی کردن شادمان بودند. با دیدن کشیش تعلیم کردند، و کشیش گفت: «شماها اینجا چه می کنید؟ شایعانی است مبنی بر اینکه شما قدیسین بزرگی هستید، آیا شما می دانید چگونه دعا کنید؟» زیرا به محض دیدن این سه نفر، کشیش بلافاصله حس کرد که آنها کاملاً بی سواد و کمی احمق هستند - شادمان، اما احمق.

آنها به یکدیگر نگاه کردند و گفتند: «متأسفیم قربان، ما دعایی

بگویید. زیرا این دعا بسیار طولانی است و ما افراد باسادی نیستیم. کشیش دوباره دعا را گفت. آنها گفتند: «یک بار دیگر قربان، زیرا فراموش خواهیم کرد و اشتباه رخ خواهد داد.» بنابراین دوباره آن را گفت. آنها از صمیم قلب از او تشکر کردند و آواز اینکه عمل نیکی انجام داده است و سه فرد احمق را به کلیسا برگردانده، احساس بسیار خوبی داشت. او برای برگشتن سوار قایقش شد. درست در میان دریاچه، نتوانست آنچه را که با چشمان خود می‌دید باور کند - آن سه نفر، آن سه احمق، در حالی که به داخل آب می‌دویدند داشتند می‌آمدند. و می‌گفتند: «صبر کنید... یک بار دیگر... ما فراموش کرده‌ایم!» حالا دیگر باور کردنش غیر ممکن بود! کشیش به پاهای آنها افتاد و گفت: «مرا ببخشید. همان دعای خودتان را ادامه دهید.»

انرژی مرحله سوم عشق، دعاست. مذاهب و کلیساهای سازمان یافته، آن را نابود کرده‌اند. آنها به شما دعاهای حاضری داده‌اند، دعا یک احساس خودجوش است. داستان فوق را هنگامی که دعا می‌کنید به یاد داشته باشید. بگذارید دعای شما یک پدیده خودجوش باشد. اگر حتی دعای شما نتواند خودجوش باشد، پس چه خواهد بود؟ اگر حتی با خدا هم مجبور باشید رسمی و از قبل حاضر و آماده باشید، پس کجا واقعی و طبیعی خواهید بود؟ هر آنچه را که دوست دارید بگویید، بیان کنید. با خدا آن گونه سخن بگویید که با یک دوست دانا سخن می‌گویید. اما تشریفات را

را که کلیسا مجاز می‌داند بلند نیستیم زیرا ما بی سواد و جاهل هستیم. اما از خودمان دعایی ساخته‌ایم که متعلق به خود ماست. اگر ناراحت نمی‌شوید می‌توانیم آن را به شما نشان دهیم. کشیش گفت: «بله، به من نشان دهید که چه دعایی می‌کنید.» آنها گفتند: «ما تلاش کردیم و فکر کردیم و فکر کردیم - اما از آنجایی که ما متفکران بزرگی نیستیم و افراد ساده و روستاییان جاهلی هستیم، تصمیم گرفتیم دعای ساده‌ای داشته باشیم. در مسیحیت خداوند به عنوان تثلیث تصور شده است: خدا (پدر)، پسر و روح القدس، و ما نیز سه نفر هستیم. بنابراین تصمیم بر این دعا شد. تو سه تا هستی، ما سه تا هستیم، بر ما رحمت ارزانی کن. این دعای ماست: ما سه تاییم، تو نیز سه تایی، بر ما رحمت ارزانی کن.»

کشیش بسیار بسیار خشمگین شد، تقریباً از خشم به مرحله جنون رسید. گفت: «چه مزخرفاتی! ما تابحال دعایی مثل این نشنیده‌ایم. تمام کنید! به این طریق شماها نمی‌توانید قدیس باشید: شماها احمقهای بیش نیستید.» آنها به پاهای کشیش افتادند و گفتند: «تو به ما دعای واقعی و صحیح را یاد بده.»

آنگاه او به آنها نوع صحیح و مجاز دعای کلیسای ارتودوکس روسی را گفت. دعایی طولانی و پیچیده با کلماتی بلند و سخت. آن سه نفر به یکدیگر نگاه کردند - بنظرشان غیر ممکن آمد، در بهشت برای آنها بسته بود. آنها گفتند: «خواهش می‌کنیم یک بار دیگر برایمان

با عالم ربانی باشد.

اما اگر به این طریق با درخت و گل سخن بگویید مردم فکر می کنند که دیوانه هستید. شیفگی و والگی به عنوان دیوانگی تلقی شده و تشریفات و رسومات به عنوان سلامت عقل تصور و تلقی شده است. در حالیکه دقیقاً برعکس این مسئله حقیقت دارد. هنگامی که به یک معبد می روید و چند دعای حفظی را تکرار می کنید، در حقیقت نادان هستید. یک گفتگوی خودمانی و صمیمانه داشته باشید! دعا زیباست. شما از طریق آن شروع به شکوفاشدن می کنید.

دعا عاشق بودن است - عاشق کل بودن. گاهی اوقات شما از کل خشمگین می شوید و سخن نمی گوید؛ این زیباست! شما می گوید «من سخن نخواهم گفت، دیگر بس است، و تو به حرفهای من اصلاً گوش نداده ای!» یک حرکت زیبا و زنده. گاهی اوقات کاملاً دعا کردن را رها می کنید، زیرا که دعا می کنید و خداوند گوش نمی دهد. اینکه خشمگین می شوید نشان دهنده یک ارتباط با پیوندی عمیق است. گاهی اوقات احساس بسیار خوبی دارید، احساس شکرگزاری و حق شناسی می کنید، گاهی اوقات احساس می کنید می خواهید منصرف شوید. اما اجازه بدهید که این ارتباط زنده باشد. آنگاه دعا، حقیقی است. اگر فقط مانند یک گرامافون باشید و یک مطلب مشابه را هر روز تکرار کنید، این دعا نیست.

من راجع به وکیلی مطلبی شنیده ام که خیلی انسان محاسبه گری

داخل آن نکنید. یک ارتباط تشریفاتی و رسمی اصلاً ارتباط مناسبی با او نیست. شما با خدا هم رسمی شده اید. در اینصورت تمام چیزهای خودجوش را از دست می دهید.

عشق را وارد دعای خود کنید. آنگاه می توانید سخن بگویید! چیز زیبایی است، گفتگو با کائنات.

اما آیا شما تا بحال خوب نگاه کرده اید؟ اگر واقعاً خودجوش باشید، مردم فکر می کنند که دیوانه اید. اگر به طرف یک درخت یا یک گل بروید و شروع کنید به صحبت کردن با آنها، مردم فکر می کنند که دیوانه اید. در حالی که اگر به کلیسا بروید و با صلیب و یا یک تصویر سخن بگویید، هیچ کس فکر نمی کند که دیوانه هستید، آنها فکر می کنند که متدین هستید. هنگامی که با یک سنگ در معبد سخن می گوید همگان فکر می کنند که متدین هستید زیرا شکل مجاز عبادت اینظوری است.

اگر شما با یک گل سرخ، که زنده تر و البته مقدس تر از هر تصویر سنگی دیگری می باشد صحبت کنید، اگر با یک درخت سخن بگویید که ریشه های عمیق تری در خدا نسبت به هر صلیبی دارد، زیرا هیچ صلیبی ریشه ندارد - به این دلیل است که می کشد - یک کار عبث و بیهوده است... درخت زنده است، با ریشه های عمیق در زمین، شاخه هایی بلند در آسمان، مرتبط با کل هستی، با اشعه های خورشید، با ستاره ها - با درختان صحبت کنید! این می تواند نقطه تماس و ارتباط

بود. هر شب به رختخواب می‌رفت و به آسمان نگاه می‌کرد و می‌گفت «همانطور، درست مثل روزهای دیگر» و به خواب می‌رفت. فقط یک بار دعا کرد. اولین بار در زندگی‌اش و بعد فقط گفت «همانطور»؛ مثل یک واژه حقوقی. واقعاً چه فایده‌ای در گرفتن دوباره یک دعای مشابه وجود داشت؟ چه فقط بگوید «همانطور» یا همه آن جمله را تکرار کنید، فرقی نمی‌کند.

دعا باید یک تجربه زنده باشد؛ یک گفتگوی خودمانی و اگر از ته دل و عمیق باشد، احساس خواهید کرد که نه تنها در حال صحبت کردن هستید بلکه پاسخ خود را نیز می‌گیرید. اینجا است که دعا مفهوم واقعی خودش را پیدا کرده است. هنگامی که پاسخ را حس می‌کنید و اینکه فقط شما نیستید که صحبت می‌کنید - چون اگر یک مکالمه یک نفره باشد هنوز یک دعا نیست - آنگاه دعا تبدیل به گفتگوی دو نفره می‌شود. شما نه تنها صحبت می‌کنید، بلکه گوش نیز می‌دهید.

و من به شما می‌گویم که کل هستی آماده پاسخ دادن است. هنگامی که قلبتان گشوده شود کل به شما پاسخ می‌دهد.

هیچ چیز مانند دعا نیست. هیچ عشقی نمی‌تواند به زیبایی دعا باشد. همان‌گونه که هیچ ارتباط جنسی نمی‌تواند به زیبایی عشق باشد، هیچ عشقی نیز نمی‌تواند به زیبایی دعا باشد.

اما حالا نوبت مرحله چهارم است، که من آن را مراقبه می‌نامم. در این مرحله حتی گفتگوی دو نفره نیز متوقف می‌شود. و یک

گفتگویی در سکوت دارید. کلمات حذف می‌شوند، زیرا هنگامی که قلب واقعاً پر است نمی‌توانید صحبت کنید. هنگامی که قلب بیش از اندازه لبریز است تنها سکوت می‌تواند واسطه باشد. آنگاه هیچ «دیگری» وجود ندارد. تنها شما هستید و عالم هستی. نه چیزی بر زبان می‌آورید و نه چیزی می‌شنوید. شما در محضر آن یکتا هستید. یا عالم هستی، یا کل. یکی بودن - این همان مفهوم مراقبه است.

اینجا چهار مرحله عشق هستند، و در هر مرحله ترس ناپدید می‌گردد. اگر ارتباط جنسی به زیبایی رخ دهد، ترس جسمی از بین می‌رود و بدن دیگر دچار اختلال عصبی نخواهد بود. من هزاران بدن را مشاهده کرده‌ام که دچار اختلالات عصبی بوده‌اند، بدن، دیوانه می‌شود. نه کامل می‌شود و نه احساس آرامش و راحتی می‌کند.

اگر عشق به وجود بیاید ترس از ذهن پاک می‌شود. شما زندگی سرشار از آزادی، راحتی و آسایش خواهید داشت. نه ترسی خواهد بود و نه کابوسی.

اگر دعا وجود داشته باشد، آنگاه ترس کاملاً از بین می‌رود، زیرا با دعا به وحدانیت می‌رسید - و ارتباط عمیقی را با کل احساس می‌کنید. ترس از روحتان حذف می‌شود. هنگامی که دعا می‌کنید، ترس از مرگ از شما دور می‌شود، چیزی که پیش از آن هرگز اتفاق نیفتاده بود.

و هنگامی که واسطه می‌شوید، حتی ترسی نیز از بین می‌رود.

وقتی فردیتی وجود نداشته باشد، چگونه یک نفر می تواند تنها باشد؟ در واقع تمام درختان، پرندگان، ابرها، خورشید و ستارگان، درون شما هستند. عشق وقتی ایجاد می شود که شما آسمان دروستان را بشناسید. کودک ترس نمی شناسد؛

کودکان عاری از هرگونه ترس به دنیا می آیند. اگر جامعه کودکان را در نداشتن ترس، کمک و حمایت نماید، اگر آنها را در بالا رفتن از درخت و کوه و شناکردن در اقیانوس و رودخانه ها کمک کند - اگر جامعه بتواند کودکان را به هر طریقی ممکن کمک کند تا ماجراجو شوند، ماجراجویانی که به دنبال ناشناخته ها می روند، و اگر جامعه بتواند به جای باورها و عقاید پوسیده و کهنه، پرسش و

سوال برایشان ایجاد کند - آنگاه کودکان به عشاقی بزرگ تبدیل می شوند، عشاق زندگی و این آیین مذهب واقعی است، هیچ مذهبی بلندمرتبه تر از عشق وجود ندارد.



نقطه مقابل واقعی عشق،

ترس است. در عشق فرد

بسط و توسعه پیدا می کند

و در ترس کاهش می یابد.

ترس انسان را بسته و عشق

انسان را باز می کند. ترس

شک ایجاد کرده و عشق

اعتماد می آفریند.

ترس از بین می رود، ترسی هم از بین می رود. هیچ چیز باقی نمی ماند. یا به عبارتی فقط «هیچ» باقی می ماند. یک خلوص، بی آلاچی و معصومیت بیکران و نامتناهی.

عشق نه تنها یک رابطه بلکه حالتی از هستی است

عشق نه تنها یک رابطه بلکه حالتی از هستی است؛ این به هیچ کس دیگری ارتباط ندارد. یکی که عاشق نیست، معشوق است. بدون شک هنگامیکه معشوقی هست، عاشقی نیز وجود دارد اما عاشقی یک نتیجه، و پیامد جانبی است، و منشأ نمی تواند باشد. اصل و منشأ کسی است که معشوق است.

ولی چه کسی می تواند معشوق باشد؟ مطمئناً، اگر شما آگاه نباشید که چه کسی هستید، نمی توانید معشوق باشید. شما می رسید. ترس نقطه مقابل عشق است. به یاد داشته باشید، برخلاف تصور مردم، نفرت نقطه مقابل عشق نیست. نفرت، عشق وارونه شده است و نقطه مقابل عشق نمی تواند باشد. نقطه واقعی مقابل عشق، ترس است. در عشق فرد بسط و توسعه پیدا می کند و در ترس کاهش می یابد. ترس انسان را بسته و عشق انسان را باز می کند. ترس، شک ایجاد کرده و عشق اعتماد ایجاد می کند. در ترس شخص تنها می ماند در حالی که در عشق فردیت از بین می رود؛ از اینرو اصلاً مسئله تنهایی وجود ندارد.

مراقبه کنید، برقصید، آواز بخوانید، و بیشتر و بیشتر در اعماق وجودتان فرو بروید. به آواز پرندگان با دقت بیشتری گوش دهید. به گلها با احترام و شگفتی نگاه کنید. مثل دانشمندان هر چیزی را طبقه بندی نکنید. این نوع فضیلت در واقع هنر برچسب زدن به هر چیز و طبقه بندی کردن همه چیز است.

هر قدر که ممکن است، با مردم قاطی شوید، با آنها بجوشید، زیرا هر انسانی یکی از جنبه های متفاوت خدا را نشان می دهد. از مردم بیاموزید، ترسید زیرا هستی دشمنان نیست. هستی از شما مراقبت می کند، و آماده است تا از هر طریق ممکن حمایتان کند. اعتماد کنید، آنگاه غلیانی تازه از انرژی را حس خواهید کرد. آن انرژی، عشق است. آن انرژی می خواهد سراسر هستی را متبرک کند، به همین دلیل با این انرژی شخص احساس خوشی و ملکوتی بودن می کند و هنگامی که احساس ملکوتی بودن کنید، چه کاری غیر از طلب سعادت و خوشبختی کردن برای تمامی هستی می توانید انجام دهید؟ عشق میلی عمیق است که آرزوی سعادت برای تمامی هستی دارد.

این کیک خوشمزه است

عشق خیلی کمیاب است. برای رسیدن به درون یک فرد باید یک

تحول و تغییر اساسی را پشت سر بگذارید، زیرا اگر بخواهید به عمق و درون فردی راه پیدا کنید خودتان نیز باید اجازه ورود به درونتان را به آن فرد بدهید. باید حساس شوید، کاملاً باز و آزاد و حساس.

کار مخاطره آمیزی است، اجازه دادن به دیگران برای راهیابی به درون خود کاری است خطرناک که احتمال هرگونه زیان و ضرری را دارد. چون نمی دانید او چه کاری می کند. زمانی که همه رازهای شما برملا شده و همه چیزهای پنهانی آشکار شود، کاملاً بی دفاع می شوید، دیگر به اعمالی که فرد مربوطه در قبالتان انجام می دهد آگاه نیستید و اینجاست که ترس راه می یابد و برای همین است که ما هیچگاه قلب خود را باز نمی کنیم.

فقط با یک آشنایی، گمان می کنیم که عشق اتفاق افتاده است. ظواهر و سطوح بیرونی ما به هم می رسند و ما گمان می کنیم که این خودمان هستیم که به هم رسیده ایم. ظاهر ما خود ما نیست. در حقیقت سطح بیرونی مرزی است که در آنجا به انتها می رسید. درست مثل حصاری که در اطراف خود کشیده باشید. این سطح، خود شما نیست! سطح بیرونی، جایی است که به انتها می رسید و دنیا از آنجا شروع می شود.

حتی زنها و شوهرهایی که سالهای زیادی با هم بوده اند ممکن است مثل دو آشنا باشند، و ممکن است همدیگر را خوب نشناسند. هرچه بیشتر با کسی زندگی کنید، بیشتر این موضوع را فراموش می کنید

که درون فرد مقابل برای شما ناشناخته باقی مانده است. بنابراین اولین چیزی را که باید بدانید این است که آشنایی را با عشق اشتباه نگیرید. ممکن است با کسی عشق بازی کنید یا رابطه جنسی داشته باشید، ولی رابطه جنسی نیز یک امر حاشیه‌ای است. مگر اینکه درون انسانها به هم برسد. رابطه جنسی فقط تماس دو بدن است و تماس دو بدن، به هم رسیدنی که شما انتظارش را دارید نیست. رابطه جنسی یک آشنایی - جسمانی، بدنی باقی می‌ماند. شما فقط زمانی می‌توانید اجازه دهید کسی به درونتان راه پیدا کند که ترس نداشته و بیمی به دل راه ندهید.

دو نوع زندگی وجود دارد: یکی با ترس جهت یافته و دیگری که با عشق جهت یافته است. زندگی که با ترس جهت یافته است هیچ‌گاه نمی‌تواند شما را به سمت یک رابطه عمیق هدایت کند. وقتی می‌ترسید، طرف مقابلتان امکانی پیدا نمی‌کند که در شما نفوذ کرده و به عمق هسته درونی‌تان برسد. فقط تا حد مشخصی به طرف مقابل اجازه می‌دهید ولی از این به بعد دیوارها ظاهر می‌شوند و همه چیز متوقف می‌شود.

افرادی که در زندگی جهت‌گیری عشقی دارند کسانی هستند که از آینده نمی‌ترسند، افرادی که از نتایج و پیامدها نمی‌ترسند، افرادی که در حال و اینجا زندگی می‌کنند. از نتیجه‌ای که حاصل می‌شود آزرده نشوید، این حالت مختص افرادی است که از نظر فکری با ترس جهت

یافته‌اند. به اینکه بعد از این چه پیش خواهد آمد فکر نکنید. فقط همین جا باشید و به طور کامل عمل کنید، محاسبه گر نباشید. فردی که با ترس جهت یافته است همیشه محاسبه می‌کند، برنامه‌ریزی می‌کند، تدارک می‌بیند و حفاظت ایجاد می‌کند در حالی که تمام زندگی‌اش به این شکل تباہ می‌شود.

در مورد یک راهب زن پیر شنیده‌ام که:

او در حال مرگ بود. روز آخر عمرش سر آمده بود و اظهار داشت که آن آخرین بعد از ظهرش خواهد بود. پس مریدان و دوستانش به دیدن او آمدند. او دوستان را زیاد یادداشت و همه آمدند؛ از راهبایی دور و نزدیک و جمعیتی عظیم جمع شد.

یکی از مریدان قبلی‌اش، هنگامی که خبر در حال مرگ بودن مرشد را شنید، سریعاً به سوی بازار شتافت. شخصی از او پرسید: «وقتی مرشد در کلیه‌اش در حال مرگ است؛ چرا به بازار می‌روید؟» مرید قدیمی گفت: «می‌دانم که مرشد نوعی کیک خاص دوست دارد، بنابراین می‌روم که آن را بخرم.»

پیدا کردن کیک بسیار مشکل بود ولی در آخر، هنگام عصر موفق شد و با کیک به سوی خانه مرشد دوید.

همه نگران بودند - اینطور به نظر می‌رسید که مرشد منتظر کسی است. او چشمش را باز می‌کرد و نگاه می‌کرد و دوباره می‌بست. هنگامی که آن مرید وارد شد، گفت: «بالاخره آمدی. کیک کجاست؟»

می

عشق یک گل کمیاب

است

فقط هنگامی اتفاق

می افتد که ترس وجود

نداشته باشد

و نه قبل

لزان

عشق یک گل کمیاب است و فقط بعضی وقتها می روید، میلیونها نفر از مردم با این طرز فکر اشتباه، که فکر می کنند عاشقند زندگی می کنند. آنها باور دارند که عاشقند ولی این فقط باور آنهاست.

عشق گلی کمیاب است و فقط بعضی اوقات می روید. کمیاب است زیرا فقط هنگامی اتفاق می افتد که ترس وجود نداشته باشد و نه قبل از آن. یعنی عشق فقط برای افراد عمیقاً روحانی، افراد مذهبی می تواند واقع شود. روابط جنسی برای همه امکان پذیر

است. آشنایی برای همه امکان پذیر است، اما عشق نه.

هنگامی که ترسید، چیزی برای پنهان کردن ندارید؛ آنوقت است که می توانید آزاد باشید، آنوقت است که می توانید مرزها را عقب بزنید و آنوقت می توانید دیگران را به راه یافتن به درونتان دعوت کنید. و به یاد داشته باشید، اگر به کسی اجازه راهیابی به درونتان را بدهید، او نیز متقابلاً این اجازه را به شما می دهد زیرا وقتی اجازه راه

مرید کیک را عرضه کرد و خیلی خوشحال بود که مرشد درخواست کیک کرده است.

مرشد در حال مرگ کیک را در دست گرفت... ولی دستش نمی لرزید. او خیلی پیر بود ولی دستش نمی لرزید. یکی از حاضران پرسید: «شما خیلی پیر هستید و در آستانه مرگ، نفسهای آخر را می کشید، ولی دستانتان نمی لرزد.» مرشد جواب داد: «من هیچ وقت نمی لرزم زیرا ترس ندارم. جسم من پیر شده، اما خودم جوانم و همچنان جوان باقی خواهم ماند حتی اگر جسمم پیرود.» سپس تکه ای از کیک را گاز زده و شروع کرد به بلعیدن. یکی دیگر از حاضران پرسید: «آخرین پیام شما چیست؟ شما به زودی ما را ترک خواهید کرد، از ما می خواهید چه چیز را همواره به یاد داشته باشیم؟»

مرشد لبخندی زد و گفت «آه، این کیک خوشمزه است.»

این مردی است که در اینجا و اکنون زندگی می کند: این کیک خوشمزه است. حتی مرگ نیز برایش بی ربط است. لحظه بعدی بی معنی است در این لحظه، این کیک خوشمزه است. اگر شما بتوانید در این لحظه، این لحظه حاضر، حضور کامل داشته باشید، آنوقت است که می توانید عشق بورزید.

یافتن به درویشان را به فردی دادید، اعتماد به وجود می آید. هنگامی که نترسید، طرف مقابل نیز ترس می شود.

در عشقهای شما ترس همیشه وجود دارد. مرد از زن می ترسد، و زن از شوهر، عاشق همیشه می ترسد. پس این عشق نیست. بلکه فقط ترکیبی از دو انسان ترسو است که به یکدیگر وابسته اند، همواره در حال نزاع، استعمار یکدیگر، سوء استفاده کردن از هم، به سلطه گرفتن، کنترل کردن و به مالکیت درآوردن یکدیگر هستند که البته این عشق نیست.

اگر به عشق این فرصت را بدهید که به وجود آید، دیگر نیازی به دعا کردن نیست، دیگر نیازی به مراقبه نیست، دیگر نیازی به هیچگونه کلیسا و عبادتگاهی نیست. اگر عاشق باشید ممکن است خدا را کاملاً فراموش کنید - زیرا از طریق عشق همه چیز برایتان میسر می شود: مراقبه، دعا، خدا، هر چیزی برایتان روی می دهد و این همان منظور مسیح است که می گفت «عشق، خداست».

اما عشق مشکل است. ترس به سراغتان می آید و این بسیار عجیب است زیرا شما به شدت می ترسید در صورتی که چیزی برای از دست دادن ندارید.

کبیر (Kabir) عارف در جایی گفته است: «من مردم را مورد مطالعه و بررسی قرار دادم، آنها بسیار می ترسند، اما نمی دانم در مقابل چه چیزی می ترسند - زیرا آنها چیزی برای از دست دادن ندارند.» و

ادامه می دهد که: «آنها مانند انسانهای عربانی هستند که برای آبتنی داخل رودخانه نمی روند زیرا می ترسند کجا باید لباسشان را خشک کنند؟» و این همان موقعیتی است که شما در آن هستید - برهنه و بدون هیچ لباسی، ولی همیشه نگران لباسان هستید.

چه چیزی برای از دست دادن دارید؟ هیچ چیز. این بدن با مرگ از ما گرفته خواهد شد؛ قبل از این که مرگ آن را بگیرد، به عشق تقدیمش کنید. هرچه به شما تعلق دارد از شما گرفته خواهد شد؛ چرا قبل از اینکه آن را از ما بگیرند تقسیم نکنیم؟ این تنها راه برای در اختیار گرفتن آن است. اگر بتوانید قسمت کرده و ببخشید، آن هنگام ارباب خود هستید - به هر حال از ما گرفته خواهد شد - هیچ چیز را نمی توان برای همیشه حفظ کرد. مرگ همه چیز را با خود نابود می کند. پس، اگر منظور من را درست فهمیده باشید، متوجه می شوید که کشمکش بین عشق و مرگ است. اگر بتوانید ببخشید، مرگی در کار نخواهد بود و قبل از اینکه چیزی از شما گرفته شود، خودتان آن را داده اید، آن را هدیه کرده اید. در این هنگام مرگی وجود ندارد.

برای عاشق مرگی وجود ندارد. برای کسی که عاشق نیست همه لحظه ها، لحظه مرگ است. زیرا در هر لحظه چیزی از او گرفته می شود. بدن از بین می رود. او لحظه ها را از دست می دهد، و در آخر مرگ، به سراغش می آید و همه چیز نابود می شود.

ترس چیست؟ چرا این چنین می ترسید؟ حتی زمانی که همه

چیز در مورد شما شناخته شده است و مانند کتاب بازی هستید، چرا می‌ترسید؟ چگونه ترس می‌تواند به شما ضرری برساند؟ فقط استنباطهای غلط و شرایطی که جامعه برای انسان ایجاد می‌کند - باعث می‌شود که خودتان را پنهان سازید، مجبور می‌شوید از خودتان محافظت کنید، و باید همواره با یک احساس ترس همیشگی دست و پنجه نرم کنید، برای همین به همه به چشم دشمن نگاه می‌کنید، و همه را علیه خود می‌بینید.

هیچ کس علیه شما نیست! حتی زمانی هم که فکر می‌کنید نردی علیه شماست نیز، این چنین نمی‌باشد - زیرا همه انسانها مشغول و گرفتار اوضاع و احوال خودشان هستند، نه شما. هیچ چیزی برای ترسیدن وجود ندارد و این موضوع قبل از اینکه هرگونه رابطه جدی به وجود بیاید، باید

این بدن با هرگز از شما گرفته نمی‌شود، قبل از اینکه هرگز آن را بگیرد، به عشق تقدیمش کنید. هرچه به شما تعلق دارد، از شما گرفته نمی‌شود، قبل از اینکه آن را بگیرند چرا تقسیمش نمی‌کنید؟

درک شود. موردی برای ترسیدن نیست.

روی آن مراقبه کنید و بعد به دیگران اجازه ورود به درونتان را بدهید. آنان را دعوت به این کار کنید. هیچ‌گونه مانع و سدی به وجود نیاورید. گذرگاهی همیشه باز باشید، بدون قفل، بدون در بسته برای خودتان. سپس عشق امکان پذیر می‌شود.

زمانی که دو قلب به هم برسند، عشق بوجود می‌آید. عشق مانند یک پدیدهٔ کیمیاگری است - درست مانند ترکیب هیدروژن و اکسیژن که عنصری جدید به نام آب به وجود می‌آورد. امکان دارد فقط اکسیژن و یا هیدروژن را داشته باشید، ولی هنگامی که تشنه باشید آنها بی‌ارزش و به درد نخورند. می‌توانید مقدار قابل ملاحظه‌ای



حتی در زمانی که جهان می‌برد فردی مخالف شماست، نیز این چنین نمی‌باشد - زیرا همه انسانها مشغول و گرفتار اوضاع و احوال خودشان هستند، نه شما. هیچ چیز برای ترسیدن وجود ندارد و این موضوع قبل از بوجود آمدن هرگونه رابطه جدی، باید درک شود.

شده و یکی شده‌اند، قدرت جادویی جدیدی پدید می‌آید، رضایت و خرسندی به وجود می‌آید. گویی همه هستی متوقف شده است - هیچ جنبش و حرکتی وجود ندارد و در این هنگام تنها لحظه، لحظه حال است که اهمیت دارد. می‌توانید به راحتی بگویید «آه، چقدر این کیک خوشمزه است.» حتی مرگ نیز برای یک عاشق معنایی ندارد.

دنایای بدون مرز

عشق ورود به دنیای بدون حد و مرز است، ورود به دنیایی است که پایانی ندارد. عشق شروع می‌شود ولی بی‌پایان است؛ و یک شروع بی‌انتهاست.

یک چیز را یخاظر داشته باشید: به‌طور معمول ذهن انسان با عشق مخالفت می‌کند و به عشق و دنیای لایسته‌های آن اجازه ظهور نمی‌دهد. اگر واقعاً عاشق کسی هستید، برای او فضایی نامحدود قائل شوید. طوری که وجودتان برای او محل رشد و تکامل شود و با آن به مرحله بلوغ برسد. ذهن مداخله می‌کند و سعی دارد که انسان را در اختیار خود بگیرد، در این صورت عشق نابود می‌شود؛ ذهن بسیار حریص است - ذهن طمع‌کار است؛ بسیار زهرآگین و سمی. بنابراین کسی که می‌خواهد وارد دنیای عشق شود، باید ذهن را کنار بگذارد. باید در دنیای بدون دخالت‌های ذهن زندگی نماید. ذهن در جای

اکسیژن و مقدار زیادی هم هیدروژن داشته باشید، ولی تشنگی از بین نمی‌رود.

به هنگام رسیدن دو قلب به یکدیگر، پدیده‌ای جدید به وجود می‌آید و آن پدیده تازه، عشق است که دقیقاً مانند آب می‌باشد. تشنگان بسیار و جانهای بسیاری خرسند می‌شوند. ناگهان به شما احساس رضایت دست می‌دهد، این نشانه ظاهری عشق است؛ شما راضی و خوشحال می‌شوید، گویی به همه چیز رسیده‌اید. دیگر چیزی برای رسیدن به آن باقی نمانده است، شما به هدف اصلی رسیده‌اید. هدف بالاتری وجود ندارد، تقدیر به وقوع می‌پیوندد.

دانه که به گل تبدیل می‌شود، به نهایت شکوفایی خود می‌رسد. احساس رضایت عمیق، از نشانه‌های ظاهری عشق است. وقتی کسی عاشق است در رضایت و خشنودی کامل بسر می‌برد. عشق ممکن است دیده نشود ولی خرسندی و رضایت عمیقی انسان را در بر می‌گیرد... هر نفس، هر حرکت، همه وجود انسان خوشحال است.

ممکن است متعجب شوید هنگامی که بگوییم که عشق شما را خالی از خواسته و آرزو می‌کند زیرا خواسته و آرزو با نارضایتی همراه است. آرزو می‌کنید زیرا ندارید و کمبودی حس می‌کنید. آرزو دارید زیرا تصور می‌کنید اگر چیز دیگری داشته باشید، برایتان خوشحالی می‌آورد. آرزو و خواسته از نارضایتی نشأت می‌گیرد.

هنگامی که عشق وجود دارد و دو قلب به هم رسیده و در هم حل

خودش خوب است؛ در تجارت به درد می خورد؛ ولی مورد استفادهٔ عشق نیست. هنگامی نیاز است که مشغول تنظیم و برنامه ریزی بودجه خود هستید، نه وقتی که در حال حرکت به دنیای دروتان می باشید. هنگام کار با ریاضیات لازم است؛ نه در مراقبه. ذهن سودمند است ولی این سودمندی برای دنیای بیرون است. برای دنیای درون بیهوده و نامربوط است. پس خیلی زیاد عشق بورزید... عشقی بدون قید و مرز. عاشق شوید. فقط با عشق ورزیدن آزاد و رها شوید.

پرندهگان و درختان، زمین و ستارگان، مرد و زن - همگی آن را می فهمند. سیاه و سفید، تنها یک زبان است که در تمامی جهان فهمیده می شود - آن زبان عشق است، پس زبان عشق شوید. و زمانی که خود عشق شدید دنیای کاملاً جدیدی به رویتان باز می شود - که حد و مرزی ندارد.

همیشه به یاد داشته باشید که ذهن عاملی است که به انسانها کمک می کند که بسته باشند. ذهن به شدت از باز و پذیرا بودن می ترسد زیرا ذهن اساساً به دور از ترس، حیات دارد. هرچه انسان ترس تر باشد کمتر از ذهنش استفاده می کند و هرچه بیشتر بترسد، بیشتر ذهنش را به کار می گیرد.

ممکن است مشاهده کرده باشید که به هنگام ترس یا وقتی تشویشی وجود دارد، هنگامی که چیزی شما را می آزارد، ذهن بیشترین نقش را ایفا می کند. وقتی مضطربید، ذهن شما بسیار دخیل است. و

هنگام آسودگی ذهن شما کمتر حضور دارد.

وقتی همه چیز بر وفق مراد است و ترسی وجود ندارد، ذهن عقب می کشد. و به محض وجود مشکلی در کارها، این ذهن است که بی درنگ به سراغتان می آید و رهبری را به عهده می گیرد. در مواقع خطر گرداننده و راهبر می شود. ذهن مانند سیاستمدارها است. آدلف هیتلر در کتاب «تبرد من» (*Mein Kampf*) که شرح زندگی اوشت نوشته است: اگر می خواهید در عرصهٔ قدرت و رهبریت باقی بمانید، کشور را همواره در ترس نگه دارید. کشور را همواره در این ترس نگه دارید که همسایه ها قصد حمله دارند یا که کشورهایی وجود دارند که در حال برنامه ریزی حمله هستند و یا اینکه



اگر واقعاً عاشق کسی هستید، برای اوفشای نامحدودی قائل شوید. دقیقاً وجود شما برای او محلی می شود که در آن رشد کند و با آن به مرحله رشد و بلوغ برسد. ذهن مدارخله می کند و سعی دارد که فرد مورد نظر شما را در اختیار خود بگیرد، در این صورت عشق نابود می شود.

آرامش هستید - و هر آنچه که در آن عقل کمترین نقش را ایفا کند خرسندید. پس ذهن کم‌کم عقب‌نشینی می‌کند، عقب می‌کشد و بتدریج دور می‌شود.



مراقبه چیزی نیست جز
ایجاد حالتی که ذهن
لحکانه فعالیت
و حضور هرچه
کمتری داشته
باشد.

روزی که ذهن کاملاً کنار
گذاشته شود - در آن لحظه یا کل
هستی عجیب می‌شود. آنوقت
دیگر محدود به بدنتان نیستید.
محدود به هیچ چیز نیستید. تبدیل
به فضای خالص می‌شوید. یعنی
آن چیزی که خدا هست. خدا
فضای خالص است.
عشق راهی به سوی آن فضای
خالص است. عشق وسیله و
خداوند مقصود است.

کسانی که می‌ترسند افرادی
هستند که لایق بیشترین حد عشق می‌باشند. ترس جنبه منفی عشق
است. اگر عشق اجازه جاری شدن نیابد، تبدیل به ترس می‌شود. اگر
مجال برای جاری شدن پیدا کند، ترس ناپدید می‌گردد و به همین دلیل
است که تنها در لحظات عشق ترس وجود ندارد. وقتی عاشق کسی
هستید، ناگهان ترس ناپدید می‌شود.

خودشان را باید آماده جنگ و
پورش کنند - و همچنان به ساختن
این گونه شایعات ادامه دهید.
هیچ گاه مردم را در آسایش و
راحتی به حال خودشان رها نکنید
زیرا هنگامی که در آسایش باشند،
دیگر گشودن به سیاستمداران
نمی‌دهند. وقتی مردم در آسودگی
کاملی بسر ببرند، سیاستمداران
بی‌معنی می‌شوند. همواره مردم را
در ترس نگه دارید، آن هنگام
سیاستمداران قدرتمند هستند.
در وقت جنگ سیاستمداران



هرچه انسان
ترس‌تر باشد کمتر
از ذهنش استفاده
می‌کند و هرچه
بیشتر ترسد، بیشتر ذهنش
را بکار می‌گیرد.

مردان بزرگی می‌شوند. چرچیل، هیتلر، استالین یا ماو - همه
محصولات جنگ هستند. اگر جنگ جهانی دوم وجود نداشت هیچ
وینستون چرچیل، هیتلر و استالین به وجود نمی‌آمد. جنگ وضعیتی
خاص ایجاد می‌کند که به برخی از مردم فرصت تسلط بر دیگران و
رهبریت می‌دهد. و این دقیقاً همان ترفند و سیاست ذهن است.
مراقبه چیزی نیست جز ایجاد حالتی که در آن ذهن کمترین
نقش را ایفا کند. شما نمی‌تسید، عشق می‌ورزید و در نهایت در صلح و

عشاق، تنها افرادی هستند که نمی ترسند؛ حتی مرگ نیز برایشان مشکلی به وجود نمی آورد. تنها عشاق هستند که در آرامش و ترس می مطلق می میرند.

ولی همیشه این معالیه وجود دارد که هرچه بیشتر عاشق باشید، بیشتر احساس ترس می کنید. به همین دلیل است که زنان بیشتر از مردان احساس ترس می کنند، زیرا آنان استعداد بیشتری برای عشق دارند. در این دنیا امکان خیلی کمی برای عملی کردن عشق وجود دارد. بنابراین به صورت معلق و سرگردان می ماند. هرگاه قابلیت و استعدادی بی استفاده بماند، به ضد خود تبدیل می شود.

ممکن است تبدیل به حسادت شود که این نیز قسمتی از ترس است. ممکن است تبدیل به احساس مالکیت شود که این نیز قسمتی از ترس است. ممکن است حتی تبدیل به نفرت شود که این نیز قسمتی از ترس است. پس سعی کنید هرچه بیشتر عشق بورزید. عشق بی قید و شرط، و عشق از هر راهی که امکان پذیر است. می توان از هزاران راه مختلف عاشق بود.

انسان می تواند احساس عشق کند و همچنان به راه خودش ادامه بدهد. می توان عاشق صخره بود. عاشق درختان، عاشق آسمان، عاشق ستارگان. انسان می تواند عاشق دوستان، همسر و بچه ها، پدر و مادر خود باشد. یک نفر می تواند به میلیونها راه مختلف عاشق باشد. انسان می تواند عاشق یک رهگذر غریبه در جاده شود. می تواند

فقط احساس عشقی درباره او داشته باشد و همچنان به راهش ادامه دهد. حتی نیازی به صحبت کردن با وی نداشته باشد. نیازی به ارتباط برقرار کردن با او نباشد. انسان می تواند احساس عشق کند و همچنان به راه خودش ادامه بدهد.

می توان عاشق صخره بود، عاشق درختان، عاشق آسمان، عاشق ستارگان. انسان می تواند عاشق دوستان، همسر، بچه و پدر و مادر خود باشد. یک نفر می تواند به میلیونها راه مختلف عاشق باشد.

بخاطر داشته باشید، شجاعت ترس بودن نیست. شخصی که ترس است و نمی توان شجاع نامید. یک ماشین را نمی توان شجاع تصور کرد زیرا فاقد ترس است. شجاعت تنها در اقیانوسی از ترس وجود دارد. شجاعت جزیره ای است در اقیانوس ترس. ترس وجود دارد ولی با این وجود فرد خود را به خطر می اندازد. این شجاعت است. می لرزد، از رفتن به تاریکی می ترسد و با این وجود می رود؛ با وجود ترس درونی اش می رود. این معنی شجاعت بودن است و به معنای ترس بودن نیست. او مملو از ترس است ولی تحت تسلط ترس در نیامده است.

بزرگترین سؤال هنگامی پیش می آید که به سمت عشق حرکت کنید. آنگاه ترس جانتان را محکم در بر می گیرد. زیرا عشق یعنی مردن، مردن در درون دیگری. این مرگ است، مرگی بسیار عمیق تر از یک مرگ معمولی. در یک مرگ معمولی تنها بدن است که می میرد و

هنگامی که عشق می میرد، نفس است که می میرد.

عشق ورزیدن، احتیاج به دل و جرأتی بزرگ دارد. به کسی نیاز دارد که قادر باشد با وجود تمامی ترسهای که منجر به ایجاد هیاهو در اطرافش می گردد به درون آن برود.

هرچه خطرپذیری بیشتر باشد، امکان رشد بیشتر است - بنابراین هیچ چیزی به اندازه عشق، به انسان در رشد و بلوغ خود کمک نمی کند. انسانهایی که از عاشق شدن

می ترسند، در کودکی باقی می مانند، در عدم بلوغ و ناپختگی می مانند. تنها آتش عشق است که به انسان پختگی و کمال می دهد.

نه آسان نه مشکل، فقط طبیعی

عشق حالت عادی و طبیعی هوشیاری است. نه آسان است و نه مشکل، این کلمات ابداً برای آن کاربرد ندارد. عشق یک تلاش نیست؛ پس نه می تواند آسان باشد و نه می تواند مشکل باشد. مثل نفس

کشیدن است! مثل ضربان قلبتان است، مثل گردش خون در بدنتان است. عشق دقیقاً هستی شماست... اما این عشق تقریباً غیر ممکن شده است، اجتماع اجازه اش را نمی دهد. اجتماع شما را در شرایطی قرار می دهد که عشق غیر ممکن می شود ولی نفرت تنها چیز امکانپذیر است. پس نفرت راحت است و عشق نه تنها مشکل بلکه غیر ممکن است. انسان منحرف شده است. انسان اگر از ابتدا منحرف نشده بود به مرحله پردگی نزول نمی یافت. سیاستمداران و کشیش ها در طی سالها توطئه عظیمی کرده اند. آنها بشریت را به گروه بردگان تنزل داده اند. آنها امکان هرگونه طغیان و شور را در انسانها نابود می کنند - و عشق. طغیان است، چرا که عشق فقط به قلب گوش می دهد و ابداً به چیز دیگری اهمیت نمی دهد.

عشق خطرناک است چرا که شما را منفرد می سازد. و دولتها و کلیساها... ابداً انسانهای منفرد نمی خواهند. آنها انسان نمی خواهند، بلکه گوسفند می خواهند. آنها مردمی را می خواهند که فقط شبیه انسان باشند اما روحشان کاملاً له شده باشد، و عمیقاً صدمه دیده باشد و این بنظر می رسد که تقریباً غیر قابل ترمیم باشد.

و بهترین راه تخریب انسان تخریب خودجوشی عشق اوست. اگر انسان عشق بورزد، دیگر ملل مختلف نمی تواند وجود داشته باشد؛ زیرا ملل بر اساس تنفر به وجود می آیند. هندوها از پاکستانها متنفرند و پاکستانها از هندوها - فقط براساس نفرت است که این دو کشور

وجود دارند. اگر عشق پدیدار شود، مرزها ناپدید می شود. کشیش ها و سیاستمداران دشمن بشریت اند. آنها دو توطئه گر هستند، زیرا سیاستمداران می خواهند بر جسم شما حکومت کنند و کشیش ها می خواهند بر روح شما حکومت کنند. راز هر دو یکی است: نابودی عشق. پس از آن انسان چیزی نیست جز یک وجود تهی، تو خالی و بدون مفهوم، پس از آن می توان هر کاری با بشریت کرد و هیچکس هم طغیان نخواهد کرد، هیچکس شهادت لازم را ندارد تا طغیان کند.

عشق شهادت می دهد، عشق تمام ترسها را دور می کند - ستمگران متکی بر ترس شما هستند. آنها ترس را در شما ایجاد می کنند، هزار و یک نوع ترس. شما با ترس احاطه شده اید، تمام روان شما پر از ترس است در عمق وجودتان می لرزید. فقط ظاهر خود را حفظ کرده اید والا درونتان را لایه های ترس تشکیل داده است.

فردی که پر از ترس است فقط می تواند سفر بورزد - نفرت نتیجه طبیعی ترس است. فردی که پر از ترس است پر از عصبانیت است. فرد پر از ترس بیشتر بر علیه زندگی است تا به نفع زندگی و مرگ بنظر می رسد حالت آرامش بخشی برای این افراد پر از ترس باشد. فرد ترسو متمایل به خودکشی است، به زندگی نگرش منفی دارد، به نظر می رسد زندگی برایش خطرناک باشد، چرا که زندگی کردن به معنی عشق ورزیدن است - چگونه می توانید زندگی کنید؟ همانطور که بدن نیاز به تنفس دارد تا زنده بماند، روح نیز برای زندگی نیازمند عشق

است و عشق کاملاً زهرآگین شده است.

با مسموم کردن انرژی عشق، آنها شکافی درون شما ایجاد کرده؛ یک دشمن درون شما ایجاد کرده اند، شما را به دو نیم تقسیم کرده اند. یک جنگ داخلی درست کرده اند و شما دائم در ستیز و کشمکش هستید. و در این ستیز انرژی تان زایل می شود؛ و در زندگی تان شوق و رغبتی وجود ندارد. زندگی شما با انرژی لبریز نیست؛ بی روح و کسل کننده و غیر هوشمندانه است.

عشق، هوشمندی شما را روشن و شفاف می کند، ترس، آن را تیره می سازد. چه کسانی از شما می خواهند هوشمند باشید؟ قطعاً کسانی که در موضع قدرت هستند نمی باشند. چطور آنها می توانند بخواهند که شما هوشمند باشید؟ - چون اگر هوشمند شوید متوجه تمام استراتژی و بازی آنها می شوید. آنها می خواهند شما افراد احمق و میان حالی باشید. آنها مطمئناً می خواهند مادامی که کار مد نظر است مؤثر و کارا باشید، اما نه هوشمندانه؛ از آنروست که بشریت در حداقل توان و قدرتش زندگی می کند.

محققین می گویند که افراد تنها از ۵٪ قدرت هوشی خود در تمام زندگی شان استفاده می کنند. افراد عادی فقط ۵٪ - در مورد افراد فوق العاده چطور؟ در مورد آلبرت اینشتین، موتزارت، بتهوون چطور؟ محققین می گویند حتی افراد خیلی مستعد و باهوش نیز بیش از ۱۰٪ استفاده نمی کنند. آنها می گویند که ما آنان را نابغه می نامیم تنها ۱۵٪ را به کار می برند.

و دروغینی دارد، یک زندگی کاذب. و متوجه نشود که زندگی اش همان زندگی نیست که قرار بود زندگی کند. و نداند که به شکلی مصنوعی و ساختگی زندگی می کند و این روح واقعی او نیست.

به همین دلیل است که میلیونها نفر دچار چنین فلاکتی هستند - زیرا آنها احساس می کنند متعلق به جایی هستند که از آن منحرف شده اند، که دیگر مال خودشان نیستند، و اینکه چیزهایی از پایه اشتباه گذاشته شده است.

عشق ساده است. اگر به کودک اجازه داده شود و کمک شود که در یک مسیر طبیعی رشد کند، اگر کمک شود، که بچه در هماهنگی با طبیعت و در هماهنگی با خودش باشد، اگر بچه در هر راهی حمایت شود، تغذیه گردد و تشویق شود تا طبیعی و خودش باشد، نور و روشنی به او می تابد و بعد عشق راحت و ساده می گردد و هرکس به راحتی عشق خواهد ورزید!

نفرت تقریباً غیر ممکن خواهد شد چون قبل از اینکه بتوانید از دیگران متنفر شوید، اول باید این سم را درون خودتان ایجاد کنید. شما فقط می توانید چیزی به دیگران بدهید که خودتان آن را داشته باشید. می توانید متنفر شوید فقط وقتی که پر از تنفر باشید. پر از نفرت بودن یعنی اینکه قبل از آنکه به دیگران صدمه بزنید اول به خودتان صدمه می زنید. ممکن است دیگران صدمه نینند، این بستگی به آنان خواهد داشت. اما یک چیزی کاملاً مشخص است: قبل از آنکه بتوانید متنفر شوید، باید از میان بدبختی و رنج طولانی عبور کنید. دیگران ممکن

به دنیایی فکر کنید که هرکس از صد درصد توانش استفاده می نماید... آنوقت خدایان به زمین حسادت خواهند کرد، آن موقع خدایان دوست دارند در زمین متولد شوند، در این صورت زمین بهشت می شود، یک فوق بهشت. ولی حالا یک جهنم است.

اگر انسان به حال خود گذاشته شود، غیر مسموم، آنوقت عشق ساده می شود، خیلی ساده و هیچ مشکلی به وجود نمی آید. مثل آب که به پایین جاری می شود و یا بخاری که به سمت بالا متصاعد می گردد، مثل درختانی که شکوفه می دهند، پرندگانی که آواز می خوانند. آنوقت خیلی طبیعی و خود جوش خواهد بود!

اما انسان به حال خود رها نمی شود. زورگویان آماده اند روی او بپسپزند، انترپیهایش را سرکوب کنند، تا آنجا که امکان دارد منحرفش کنند، آنقدر عمیق منحرفش کنند که هرگز آگاه نشود که زندگی کاذب



به دنیایی فکر کنید که

هرکس از صد درصد توانش

استفاده نماید. آنگاه

خدایان به زمین

حسادت خواهند کرد. آن

موقع خدایان دوسه دارند

که در زمین متولد شوند. در

لین صورت زمین بهشت

می شود

است تنفر و کینه شما را نپذیرند، آن را رد کنند. دیگری ممکن است بودا باشد - خیلی ساده به آن برخورد. شاید شما را ببخشد، و واکنشی نشان ندهد. شاید قادر به صدمه زدن به دیگری نباشید اگر او آماده واکنشی نباشد. اگر نتوانید مزاحمتش شوید، چه می‌توانید بکنید؟ شما قبل از او احساس ناتوانی می‌کنید.

بنابراین لازم نیست که دیگری صدمه ببیند. اما یک چیز کاملاً مشخص است، که اگر از کسی متنفر هستید اول باید به روح خودتان از طرق مختلف صدمه بزنید؛ باید مملو از زهر باشید که آن را به دیگران بپاشید.

تنفر غیر طبیعی است. عشق حالتی از سلامتی است؛ نفرت حالتی از بیماری است. درست مثل بیماری غیر طبیعی است. موقعی اتفاق می‌افتد که مسیر طبیعت را گم می‌کنید، وقتی که دیگر در

همراهنگی با هستی نیستید، با وجود خود در هماهنگی بسر نمی‌برید، با درونی‌ترین هسته وجودیتان. در آن حالت مریض هستید. از نظر روحی و روانی بیمارید. کینه و نفرت فقط نشانه

بیماری است و عشق علامت سلامتی، تمامیت و پاکی و تقدس است. عشق باید یکی از طبیعی‌ترین چیزها باشد، اما نیست. برعکس یکی از مشکل‌ترین چیزها شده است - تقریباً یک چیز غیرممکن. نفرت آسان است؛ شما برای تنفر و رزیدن تربیت شده‌اید. آماده تنفر و رزیدن شده‌اید. هندو بودن یعنی پر از تنفر بودن نسبت به مسیحی‌ها و یهودی‌ها؛ همينطور یک مسیحی بودن یعنی پر از تنفر بودن در قبال سایر مذاهب است. یک ملی‌گرا بودن یعنی پر از تنفر بودن در مقابل سایر ملت‌هاست.

شما تنها راهی از عشق می‌شناسید، آن هم تنفر و رزیدن به دیگران است. بدینوسیله ابراز تنفر از سایر کشورها نشان می‌دهید و می‌توانید عشق خود را به کلیسایان تنها با ابراز تنفر از سایر کلیساهای نشان دهید. این یک اقتضاح است و شما در آن قرار دارید!

آنها در مورد عشق سخن می‌گویند. در حالی که آنچه که در دنیا انجام می‌دهند ایجاد تنفر بیشتر و بیشتر است. مسیحی‌ها در مورد عشق حرف می‌زنند و بعد باعث جنگهای صلیبی می‌شوند. هندوها درباره عشق حرف می‌زنند، در حالی که کتاب مقدس آنها پر از تنفر نسبت به سایر مذاهب است و ما تمام این چیزهای بی‌معنی را می‌پذیریم! ما این چیزها را بدون هرگونه مقاومتی می‌پذیریم چرا که مشروط به پذیرش هستیم، اینطور یاد داده شده‌ایم که مسائل به این شکل درست است. بر این اساس است که فطرت و ماهیت خودتان را انکار می‌کنید.

محر

اگر از کسی متنفر باشید،

اول باید به روح خودتان از

طرق مختلف صدمه بزنید؛

باید مملو از زهر باشید

که آن را به دیگران

بپاشید.

سلامتی است. اما شما نیاز ندارید که بیماری را انتخاب کنید. بیماری برخی مزایا دارد که سلامتی نمی تواند داشته باشد، ولی به آن مزیتها نچسبید. تنفر هم برخی فواید دارد که عشق نمی تواند داشته باشد. باید خیلی مواظب باشید. افراد بیمار از هر کس دیگری همدردی و محبت کسب می کنند؛ هیچکس هم به آنها صدمه نمی زند، همه هم در مورد چیزهایی که به او می گویند مراقب هستند، چون او خیلی مریض است. در کانون توجه همه - فامیل، دوستان - باقی می ماند، فرد مرکزی می شود. مهم می شود. حالا، اگر او به این اهمیت دادنها خیلی زیاد بچسبد، بر این ارضای نفس، دیگر هرگز نخواهد خواست سالم شود. خودش به بیماری خواهد چسبید. روانشناسان می گویند خیلی ها هستند که به بیماری می چسبند فقط به دلیل مزیتهایی که بیماری دارد. چنان برای مدت طولانی غرق بیماریشان می شوند که بعکس فراموش می نمایند که به این بیماری چسبیده اند. آنها می ترسند که اگر سالم شوند دوباره اهمیت خود را از دست بدهند. روش آموزش شما هم، همینطور است. وقتی که بچه کوچکی مریض می شود، تمام افراد خانواده خیلی مراقب می شوند. این کاملاً غیر علمی است. وقتیکه بچه مریض می شود، مراقب سلامتی اش باشید اما توجه خیلی زیادی معطوف نکنید. اگر بیماری و توجه و مراقبت شما پیوسته و همگام باشند خطرناک است؛ که البته این امر بطور دائم انجام می شود.



عشق باید یکی از
طبیعی ترین چیزها باشد،
لها برعکس یکی از
مشکلات ترین چیزها شده
است تقریباً یک چیز غیر
ممکن ولی فربه آسان
است، شما برای تنفر
ورزیدن تربیه شده اید،
آهاده تنفر ورزیدن
شده اید.

عشق مسموم شده ولی نابود نشده است. سم می تواند خارج شود، از سیستم شما بیرون رود - می توانید تمیز و پاک شوید. می توانید آنچه را که جامعه به شما تحمیل کرده است را استغراق کنید. می توانید تمام باورهایتان و محدودیتهایتان را دور بریزید - می توانید آزاد شوید. جامعه نمی تواند شما را برای همیشه یک برده نگه دارد، مادامی که تصمیم بگیرید آزاد باشید. حالا وقتش است که الگوهای کهنه را دور بریزید و یک راه جدید زندگی را شروع کنید، یک راه طبیعی زندگی، یک راه غیر خاصی از زندگی، یک زندگی نه بسا کناره گیری و طرد کردن بلکه با شادی و شادمانی. آنوقت تنفر هرچه بیشتر غیرممکن می شود. تنفر قطب مخالف عشق است، به همان معنی که بیماری قطب مخالف

خودتان را دور از جمع نگذارید

مراقبه همان شهادت ساکت و تنها ماندن است

شما آهسته آهسته، شروع می‌کنید به حس کیفیت جدید در خودتان، یک حیات تازه، یک زیبایی تازه، یک هوشمندی جدید - چیزی که نمی‌توان از هیچکس دیگری قرض کرد، چیزی که در شما رشد می‌کند. چیزی که ریشه در هستی شما دارد. اثر ترسو نباشید، به بهره‌وری و شکوفایی خواهد رسید.

هیچ کس آنچه که هستی برایش مقدر کرده باشد، نیست. جامعه، فرهنگ، مذهب و آموزش همه در مقابل کودکان معصوم و بی‌گناه هم‌دست هستند. همه آنها قدرتمندند - کودک بدون یاور و وابسته است، بنابراین آنان هرآنچه که می‌خواهند از او بسازند، برای انجامش برنامه‌ریزی می‌کنند. آنها اجازه نمی‌دهند هیچ بچه‌ای با تقدیر طبیعی خود رشد کند. همه تلاش آنها به سمتی است که انسان مورد استفاده آنها باشد. چه کسی می‌داند، اگر یک بچه به حال خودش رها شود تا رشد کند، آیا هیچ فایده‌ای برای منافع واگذار شده دارد یا خیر؟ جامعه آماده خطرپذیری نیست. او بچه را می‌گیرد و او را مطابق چیزی

هرگاه بچه مریض می‌شود، مرکز توجه همه خانواده می‌شود: پدر می‌آید، کنارش می‌نشینند و راجع به سلامتی‌اش می‌پرسد، دکتر می‌آید، همسایه‌ها شروع به آمدن می‌کنند؛ دوستان سؤال می‌کنند، و مردم برایش کادو می‌آورند... حالا او خیلی زیاد به تمام اینها وابسته می‌شود؛ نفسش طوری ارضا می‌شود که دیگر دوست ندارد خوب شود. و اگر این اتفاق بیفتد غیرممکن است سلامتی‌اش را بازیابد. حالا دیگر هیچ دارویی نمی‌تواند به او کمک بکند. این فرد کاملاً به بیماری‌اش وابسته شده است. و این آن چیزی است که برای بسیاری از مردم، اتفاق می‌افتد.

وقتی تنفر می‌ورزید، منیت و نفس شما ارضا می‌شود. منیت و نفس فقط وقتی که تنفر ورزیده می‌شود وجود دارد، چرا که در تنفر احساس برتری می‌کنید، در تنفر مجزا می‌شوید، در تنفر مشخص می‌شوید. در تنفر هویت مشخص می‌یابید. در عشق منیت مجبور است ناپدید شود. در عشق دیگر مجزا نیستند - عشق کمک می‌کند تا با دیگران حل شوید. این یک اقدام است.

اگر خیلی به منیت خود بچسبید، بعداً تنفر آسان و عشق خیلی مشکل می‌شود. هوشیار باشید، دقت کنید: تنفر سایه منیت است. عشق نیاز به شهادت زیادی دارد. عشق به شهادت بزرگی نیازمند است زیرا باید منیت و نفس را فدا کنید. فقط آنهایی که آماده‌اند هیچکس شوند قادر به عشق‌ورزی هستند. تنها آنهایی که آماده‌اند هیچ چیز شوند، کاملاً تهی از خودشان، قادر به دریافت هدیه عشق از فراسو هستند.

که مورد نیاز جامعه است شکل می دهد.

به عبارت دیگر، روح بچه را می کشد و به او یک هویت کاذب می دهد به طوری که مرکز جهت روح و هستی که از دست داده دلنگر نشود. هویت کاذب یک جایگزین است. اما این جایگزین فقط در همان جامعه ای که آن هویت را به او داده است مفید است. لحظه ای که تنها می شوید، هویت کاذب شروع به جدا شدن می کند و حقیقت سرکوب شده شروع به نشان دادن خود می کند. از اینرو ترس از تنهایی ظاهر می شود.

هیچ کس نمی خواهد تنها بماند. هر کس می خواهد به گروهی تعلق داشته باشد - و نه تنها به یک گروه، بلکه به گروه های زیاد. یک فرد متعلق به یک گروه مذهبی، یک حزب سیاسی، یا یک کلوب روتاری است ... و گروه های کوچک بسیاری وجود دارد که به آنها تعلق یابد. وی می خواهد که ۲۴ ساعت شبانه روز را مورد حمایت قرار گیرد چرا که چیز کاذب، بدون حمایت، دوام ندارد. در لحظه ای که تنها می شود، حس دیوانگی و سرگردانی عجیبی به او دست می دهد. برای سالهای متعددی خودتان را کسی می دانستید و یکباره در یک لحظه از تنهایی حس می کنید که اینطور نیست. این حالت ایجاد ترس می کند: پس شما چه کسی هستید؟

سالهای سرکوب شدن... زمان لازم است تا حقیقت خود را بیان کند. فاصله بین این دو توسط عرفان (Mystics) «شب تاریک روح»

نماید می شود که یک بیان خیلی مناسب است. شما دیگر کذب نیستید، ولی هنوز واقعی هم نشده اید. در یک برزخ هستید، و نمی دانید چه کسی می باشید.

این مسئله در غرب، حتی پیچیده تر است زیرا آنها هیچ روشی را برای کشف هر چه سریع تر حقیقت بسط نداده اند تا شب تاریک روح کوتاه تر شود. غرب مادامی که مراقبه مورد نظر قرار می گیرد چیزی در این باره نمی داند و مراقبه تنها اسمی است برای تنها بودن، سکوت و انتظار برای حقیقت تا خود را بیان کند. مراقبه یک عمل نیست، یک آرامش در حال سکوت است - چرا که هرچه در آن موقع انجام می دهید از شخصیت کاذب شما نشأت می گیرد... همه اعمال شما، برای سالیان طولانی، از آن نشأت می یابد. این یک عادت کهنه است.

عادات به سختی می میرند. سالیان زیاد زندگی با یک شخصیت کاذب، به وسیله مردمی که دوستان دارید بر شما تحمیل شده است، کسانی که به آنها احترام می گذارید... آنها تمعدا کار بدی نسبت به شما انجام نداده اند. نیت آنها خوب بوده، فقط آگاهی شان صفر بوده است. آنها مردم هوشیاری نبوده اند، والدینان، معلمایان، کشیشهای شما، سیاستمداران شما - افراد آگاهی نبوده اند، بلکه ناآگاه و غیر هوشیار بوده اند. حتی یک نیت خوب در دستان یک فرد ناآگاه زهرآگین می شود.

بنابراین هر وقت تنها می شوید، به این دلیل که کذب بناگهان شروع به محو شدن می کند، ترس عمیقی می یابید. واقعیت زمان کوتاهی نیاز دارد، در حالی که سالیان پیش آن را از دست داده اید. باید به این حقیقت توجه کنید که این فاصله زمانی زیاد باید رفع شده و به زمان حال متصل شود.

در ترس ... که من خودم را، شعور را، سلامت عقل، ذهنم و بالاخره هر چیز را از دست داده ام ... زیرا خودی که به شما توسط دیگران داده شده است شامل تمامی این چیزها می شود ... به نظر می رسد که به سمت دیوانگی می روید. لذا فوراً شروع به انجام کارهایی که شما را مشغول نگه دارد می کنید. اگر مردم نباشند، حداقل بعضی کارها هست که خود را مشغول کنید، تا اینکه کذب مشغول شده و شروع به محو شدن نکند.

از اینرو است که مردم مشکلات زیادی در ایام تعطیل خود پیدا می کنند. پنج روز کار می کنند، به امید اینکه آخر هفته را استراحت کرده و آرام باشند. اما تعطیلات آخر هفته بدترین زمان در تمام دنیاست - تصادفات بیشتری در این تعطیلات رخ می دهد، مردم بیشتری خودکشی می کنند، قتلهای بیشتر، دزدی بیشتر و تجاوزات بیشتری صورت می گیرد. عجیب است ... و این مردم برای پنج روز مشغول بودند و مشکلی نداشتند. اما در آخر هفته ناگهان یک انتخاب به آنها داده می شود، که مشغول کاری شوند و یا استراحت کنند ... اما

استراحت ترسناک است؛ چرا که شخصیت کاذب محو می شود. پس خودتان را مشغول می کنید و هر کار احمقانه ای را انجام می دهید. برخی به طرف سواحل فرار می کنند، سیر به سیر هم، کیلومترها ترافیک طولانی. و اگر از آنها پرسید کجا می روند، می گویند «دور از جمعیت» ... حال آنکه تمام جمعیت دارند با آنها می روند! می روند که یک جای خلوت و فضای آرامی بیابند ... همه آنها.

در واقع، اگر آنها خانه می ماندند جای خلوت و سکوت بیشتری به دست می آوردند ... چرا که همه احمقها به دنبال جای خلوت رفته اند. آنها مثل دیوانه ها هجوم می برند، چرا که دو روز تعطیلی بزودی تمام می شود، آنها باید برسند ... برسید به کجا!

در سواحل، شما می بینید ... بقدری شلوغ است که حتی مراکز خرید نیز این گونه نیست. بسیار عجیب است که خیلی احساس آسودگی کرده و حمام آفتاب می گیرند. دهها هزار نفر از مردم در یک ساحل کوچک حمام آفتاب می گیرند و استراحت می کنند. اما همان فرد در همان ساحل، به تنهایی قادر به استراحت کردن نخواهد بود. ولی او می داند که هزاران نفر دیگر در اطراف او در حال استراحت هستند. همان آدمهایی که در اداره مشغول بودند همانها در خیابانها بودند، همانها در بازار بودند، و حالا همان آدمها در ساحل هستند.

وجود جمعیت برای بقای خود کاذب اساسی است. تنها لحظه تنهایی است که شما شروع می کنید با رویدادها مواجه شدن. این جایی

به گونه‌ای دیگر می‌توانیم بگوییم: شخص والا چیزهایی که هیچگاه حقیقتاً متعلق به شما نیست را از شما دور می‌کند و چیزهایی را به شما می‌دهد که واقعاً دارید.

مراقبه شهادت ساکت و تنها بودن است. شما آهسته آهسته شروع می‌کنید به حس کیفیتی جدید در خودتان. یک زنده بودن جدید، یک زیبایی جدید، و یک هوشمندی جدید - چیزی که از هیچکس دیگری قرض نکرده‌اید، چیزی که درون شما رشد می‌کند. چیزی که در هستی شما ریشه دوانیده، و اگر ترسو نباشید، از ثمره آن بهره‌مند می‌شوید.

تنها افراد شجاع، با شهادت، افرادی که جسارت دارند می‌توانند مذهبی باشند. نه کلیسا روها - آنها ترسو هستند. نه هندوها، نه مسیحیان - آنها مخالف جستجو و کاوشند. آنها سعی می‌کنند هویت کاذب خود را بیشتر و بیشتر منسجم کنند.

شما متولد شدید، با زندگی و حیات وارد دنیا شدید، با هشیاری، با حساسیت فوق‌العاده. فقط کافی است به یک بچه کوچک نگاه کنید - به چشمهایش، به طراوت و تازگی‌اش نگاه کنید. تمام این چیزها الان با یک شخصیت کاذب پوشیده شده است.

نیازی نیست پترسید. شما می‌توانید فقط آنچه را از دست بدهید که باید از دست برود - بهتر است زود از دست برود - چرا که هرچه بیشتر بماند، قویتر می‌شود.

است که هرکس باید قسمت کوچکی از مراقبه را درک کند.

نگران نباشید! زیرا آنچه که می‌تواند محو شود ارزش محو شدن را دارد. این بی‌معنی است که به آن چنگ بزنید - آن مال شما نبوده است، و آن شما نبوده‌اید.

شما موقعی خودتان هستید که چهره دروغین می‌رود و تازگی، معصومیت، هستی بی‌آلایش، به جای آن متجلی می‌شود. هیچکس دیگری به این سؤال شما که «من کیستم؟» نمی‌تواند پاسخ بدهد - خواهید دانست.

تمام روشهای مراقبه کمک می‌کند که کذبها نابود شوند. آنها حقیقت را به شما نمی‌دهند - حقیقت نمی‌تواند دادنی باشد.

چیزی که داده می‌شود نمی‌تواند واقعی باشد، واقعیتی که کذب است باید کنار گذاشته شود.

محو

تمام روشهای مراقبه

کمک می‌کند که کذبها

نابود شوند. آنها حقیقت را

به شما نمی‌دهند -

حقیقت نمی‌تواند دادنی

باشد. چیزی که داده

می‌شود نمی‌تواند واقعی

باشد. واقعیتی که قبلاً

بدست آورده‌اید؛ کذب

است که باید کنار

گذاشته شود.

و کسی نمی‌داند که فردا چه خواهد شد. قبل از آنکه واقعیت وجود خود را بفهمید، نمیرید.

تنها آن عدد معدود از مردم سمدت داشته‌اند که با واقعیت وجود خویش زندگی کرده و با واقعیت وجود خویش مرده‌اند. چرا که می‌دانند زندگی جاودانه است، و مرگ یک خیال است.

توفندهای تعداد

در یک جامعه، انتظار عمیقی وجود دارد که دقیقاً مثل دیگران رفتار کنید. لحظه‌ای که شما کمی متفاوت از دیگران عمل می‌کنید، غریبه می‌شوید، و مردم از افراد غریبه خیلی می‌ترسند.

به همین خاطر است که هر جا دو نفر در اتوبوس، قطار، و یا حتی ایستگاه اتوبوس می‌نشینند، نمی‌توانند ساکت باشند - زیرا در سکوت هر دوی آنها غریبه هستند. آنها فوراً شروع به آشناسدن با هم می‌کنند - «شما کی هستید؟ کجا می‌روید؟ شغلان چیست؟» و چیزهایی از این قبیل... و بعد آرام می‌گیرند؛ و شما انسان دیگری هستید درست مثل آنها.

مردم دائماً می‌خواهند در جمعی قرار بگیرند که متناسب آنها باشند. لحظه‌ای که شما متفاوت رفتار می‌کنید، تمام جمع مشکوک می‌شوند؛ یک جای کار ایراد دارد. آنها شما را می‌شناسند، و می‌توانند تغییر را ببینند. آنها از زمانی که هرگز خودتان را قبول نداشتید شما را

می‌شناخته‌اند، و حال یکباره می‌بینند که خودتان را قبول دارید...

در این جامعه هیچکس خودش را قبول ندارد. همه خودشان را محکوم می‌کنند. این روش زندگی جامعه است: محکوم کردن خود. و اگر خودتان را محکوم نکنید، و خودتان را قبول داشته باشید، از جامعه طردتان می‌کنند. جامعه تحمل کسی را که بخواهد خارج از این حیطه باشد، ندارد چرا که جامعه با تعدادش زندگی می‌کند؛ این ترفند تعداد است. وقتی تعداد زیاد باشد، مردم حس خوبی دارند. تعداد زیاد باعث می‌شود مردم احساس کنند که باید درست باشند - و ممکن نیست اشتباه کنند، میلیونها نفر از مردم با آنها هستند. و موقعی که تنها می‌شوند شکهای بزرگ پدیدار می‌شوند: کسی با من نیست. چه

می

جامعه با تعدادش زندگی

می‌کند؛ این ترفند تعداد

است. وقتی تعداد زیاد

باشد، مردم حس خوبی

دارند.

تعداد زیاد باعث می‌شود

که مردم احساس کنند که

باید درست باشند - و

ممکن نیست اشتباه کنند؛

میلیونها نفر از مردم با

آنها هستند

تضمینی وجود دارد که حق با من باشد؟

به همین خاطر است که من می‌گویم در این جهان، منفرد بودن بزرگترین شهامت است. لازمۀ بالاترین ترسی منفرد بودن است: «مهم نیست که تمام دنیا علیه من باشد. آنچه اهمیت دارد این است که تجربه من ارزشمند و معتبر باشد. من به تعداد نگاه نمی‌کنم، و اینکه چند نفر با من هستند. من به اعتبار تجربه خودم نگاه می‌کنم - به اینکه آیا من صرفاً حرفهای دیگران را مثل طوطی تکرار می‌کنم، و یا منبع حرفهایم در تجربه خودم می‌باشد. اگر حاصل تجربه خودم باشد، اگر قسمتی از خون، استخوان و مغز استخوانم باشد، آنوقت تمام دنیا می‌تواند در یک طرف باشد؛ و هنوز، حق با من باشد و آنها در اشتباه باشند. مهم نیست، من نیازی به رأی آنها ندارم تا احساس کنم حق با من است. تنها افرادی که حامل عقاید دیگران هستند نیاز به حمایت آنان دارند.»

ح

لازمۀ بالاترین ترسی

منفرد بودن است: «مهم

نیست که تمام دنیا علیه

من باشد آنچه اهمیت

دارد این است

که تجربه من ارزشمند

و معتبر باشد.»

اما این روشی است که جامعه بشری تا به امروز عمل کرده است. این گونه است که آنها شما را در گروه و پیروان خود نگه می‌دارند. اگر آنها غمگین باشند، شما هم باید غمگین باشید؛ اگر پدیدخت باشند، شما هم باید اینطور باشید. هر آنچه که آنها باشند، شما هم مجبورید که باشید. تفاوت مجاز نیست چرا که تفاوت نهایتاً به منفرد بودن و یگانه بودن منجر می‌شود، و جامعه خیلی زیاد از این مسئله می‌ترسد. این بدین معنی است که بعضی‌ها مستقل از جمع شده، و ذره‌ای به جمع اهمیت نمی‌دهند. خدایان شما، معابدتان، کشیشایان، کتابهای مذهبی‌تان، همه آنها پراش بی معنی شده است.

حالا او وجود خود و راه خودش را دارد - برای اینکه زندگی کند، بمیرد، جشن بگیرد، آواز بخواند، برقصد. او به خانه آمده است. هیچکس با جمع نمی‌تواند به خانه بیاید. هرکس فقط می‌تواند به تنهایی به خانه بیاید.

به حس «درونی‌تان» گوش فرا دهید

پسری بود که مرتباً سرش را می‌خارانده. روزی پدرش به او نگاه کرد و گفت: «پسر، چرا تو همیشه سرت را می‌خارانی؟» پسر پاسخ داد: «خوب، من تنها کسی هستم که می‌داند سرم می‌خارد.»

این یک حس درونی است! فقط شما می‌دانید. هیچکس دیگر نمی‌تواند بداند. مشاهده آن از بیرون غیرممکن است. وقتی که شما

سر درد دارید، فقط شما می‌دانید - نمی‌توانید آن را ثابت کنید. وقتی که خوشحال هستید، فقط خودتان می‌دانید - نمی‌توانید آن را ثابت کنید. نمی‌توانید آن را روی میز بگذارید تا به وسیله هر کس بازرسی، تشریح و یا تجزیه و تحلیل گردد.

در واقع، حس درونی آنقدر درونی است که حتی نمی‌توانید ثابت کنید که وجود دارد. به همین دلیل است که علم انکار آن را ادامه می‌دهد، اما این انکار ظالمانه است. حتی یک دانشمند هم می‌داند که وقتی عاشق می‌شود، یک حس درونی دارد. یک چیزی آنجاست! آن یک شیء یا یک ماده نیست، و امکان ندارد آن را در مقابل دیگران بگذارید، ولی همچنان آنجاست.

حس درونی اعتبار خودش را دارد. اما بدلیل تعلیمات عملی، مردم اعتماد خود را به حس درونی‌شان از دست داده‌اند. آنها متکی به دیگران هستند. شما به حدی متکی به دیگران شده‌اید که اگر به شما بگویند «خیلی شاد بنظر می‌رسید»، احساس شادی می‌کنید. اگر بیست نفر تصمیم بگیرند شما را ناراحت کنند، براحثی می‌توانند شما را غمگین سازند. آنها تمام روز این را تکرار می‌کنند - هر موقع که به آنها برمی‌خورید، به شما می‌گویند: «شما خیلی غمگین به نظر می‌رسید. موضوع چیست؟ کسی مرده؟ یا چیزی شده؟» و شما شروع به مشکوک شدن می‌کنید: خیلی از مردم می‌گویند که شما خوشحال نیستید، پس حتماً باید اینطور باشید.

شما متکی بر عقاید دیگرانید. آن‌قدر به عقاید دیگران متکی شده‌اید که مسیر حس درونی‌تان را گم کرده‌اید. این حس درونی مجدداً باید کشف شود، زیرا هر چیزی که زیبا و خوب است و هر چه که الهی، فقط می‌تواند به وسیله حس درونی احساس شود.

تحت تأثیر عقاید مردم قرار گرفتن را متوقف کنید. بهتر است به درون خود توجه کنید... اجازه بدهید حس درونی‌تان چیزهایی را به شما بگوید. به آن اعتماد کنید. اگر به آن اعتماد کنید، رشد خواهد کرد. اگر به آن اعتماد کنید، آن را تغذیه می‌کنید، و قویتر می‌گردد.

ویوکاناندا (Vivekananda) نزد راماکریشنا (Ramakrishna) رفت و گفت: «خدا وجود ندارد! من می‌توانم ثابت کنم - خدا نیست.» او سرود خیلی منطقی، شکاک، و در تفکرات فلسفی غرب فرد تحصیلکرده‌ای بود. راماکریشنا فرد فاقد تحصیلات و بی‌سوادی بود. راماکریشنا گفت: «خوب، ثابت کن!»

ویوکاناندا خیلی حرف زد، و تمام دلایلی که داشت ارائه کرد، و راماکریشنا گوش کرد، و بعد گفت: «اما حس درونی من می‌گوید خدا هست - و آن اقتدار نهای است. تمام چیزهایی که گفتی بحث بود. حس درونی‌ات چه می‌گوید؟»

ویوکاناندا هرگز درباره‌اش حتی فکر هم نکرده بود. شانه‌هایش را بالا انداخت. او کتابها را خوانده بود، بحث‌ها را جمع کرده بود، مدارکی له و علیه، و سعی کرده بود مطابق ادله‌ای که جمع کرده بود

نتیجه بگیرد آیا خداوند وجود دارد یا خیر. اما او به درون خود توجه نکرده بود. از حس درونی اش سؤال نکرده بود.

این خیلی احمقانه است، اما ذهن شکاک احمق است، ذهن منطقی احمق است.

راما کرشنا گفت: «بجتهایت زیبا و قشنگ است، من لذت بردم. اما من چه کار می توانم بکنم؟ من می دانم! حس درونی ام می گوید او هست. همانطور که حس درونی ام می گوید من خوشحالم، پیمازم، غمگینم، معده ام ناراحت است، اینکه امروز حس خوبی ندارم، به همین ترتیب حس درونی ام می گوید خدا هست. این سؤال قابل بحثی نیست.» و راما کرشنا گفت: «من نمی توانم آن را ثابت کنم، اما اگر بخواهی، می توانم آن را نشان دهم.» هیچکس قبل از آن به ویوکاناندا نگفته بود خدا را می توان نشان داد. و قبل از آنکه بتواند چیزی بگوید راما کرشنا پرید - او مرد تند و تیزی بود - و پایش را روی قفسه سینه ویوکاناندا گذاشت! ناگهان انرژی آزاد شد، و او برای سه ساعت به خلسه فرو رفت. وقتی که چشمانش را باز کرد، کلاً مرد متفاوتی شده بود.

راما کرشنا گفت: «حالا چه می گویی؟ خدا هست یا نیست؟ حس درونی ات حالا چه می گوید؟»

او در چنان آرامش و سکونی بود که تا بحال آن را تجربه نکرده بود. نشاطی در درون داشت، مثل بهتر شدن، لبریز شدن از سرور و

شادی... تعظیم کرد و پاهای راما کرشنا را بوسید و گفت «بله، خدا هست».

خدا یک فرد نیست اما حس نهایی خوشی است، حس نهایی

راحتی، حس نهایی که «من مستقل به این دنیا و این دنیا متعلق به من است. من این جا غریبه نیستم، من یک خارجی نیستم». حس نهایی - هستی شناسی - این است که، «این کل و من از هم جدا نیستم». و این تجربه خداست. اما این تجربه موقعی ممکن می شود که به حس درونی تان اجازه عمل بدهید.

شروع کنید به اجازه دادن به او! هر فرصتی که ممکن است بدهید. منتظر اجازه از بیرون نباشید، و پیگیر نظرات از بیرون نسپاشید. خودتان را کمی بیشتر مستقل نگاهدارید. بیشتر حس کنید، کمتر فکر کنید.

بروید و به گل رز نگاه کنید، اما طوطی وار تکرار نکنید: «این



خدا یک فرد نیست، اما

حس نهایی خوشی است،

حس نهایی که «من

متعلق به این دنیا و

این دنیا متعلق به من

است، من اینجا غریبه

نیستم، من یک خارجی

نیستم»

گل زیباست. این فقط می تواند یک نظر باشد، مردم به شما گفته اند، از دوران کودکی تان شنیده اید، «گل رز زیباست، گل بی نظیری است.» بنابراین وقتی شما گل رز می بینید، مثل یک کامپیوتر تکرار می کنید، «این زیباست.» آیا واقعاً اینطور حس می کنید؟ آیا آن حس درونی تان است؟ اگر نیست، آن را نگوئید.

با نگاه به ماه، نگوئید که زیباست - مگر اینکه حس درونی تان باشد. متعجب خواهید شد که ۹۹٪ چرندیاتی که در ذهنتان حمل می کنید همگی فرضی است. و در میان ۹۹٪ این چرندیات، آشغالهای بی مصرف، ۱٪ حس درونی گم و محو شده است. آن آگاهی ها و دانش ها را کنار بگذارید. حس درونی تان را بهبود ببخشید. توسط حس درونی است که خدا شناخته می شود.

شش حس وجود دارد: ۵ حس خارجی است؛ آنها در مورد دنیا به شما می گویند. چشمها چیزهایی در مورد نور می گویند؛ بدون چشم نور را نخواهید شناخت. گوشها چیزهایی در مورد صدا به شما می گویند؛ بدون گوش چیزی درباره صدا نخواهید دانست. حس ششمی وجود دارد، حس درونی، که به شما چیزهایی درباره خودتان و منبع نهایی چیزها نشان داده و می گوید. این حس باید کشف شود. مراقبه چیزی نیست بجز کشف حس درونی.

بزرگترین ترس در این دنیا ناشی از عقاید دیگران است. و لحظه ای که از جمع ترسید دیگر گوسفند نیستید، یک شیر شده اید.

غرش بزرگی در قلب شما بر می خیزد: غرش آزادی.

بودا عملاً آن را غرش شیر نامید.

وقتی که انسان به سکوت مطلق

می رسد مثل شیر می غرد. برای

اولین بار او می فهمد که آزادی

چیست زیرا حالا او از عقیده

هیچکس نمی ترسد. آنچه که مردم

می گویند مهم نیست. چه آنها شما

را فرد مقدس بنامند و چه گناهکار

بی اهمیت است. تمام و تنها قاضی

شما خداست. و کنار خدا فرد اصلاً

معنی ندارد؛ و خدا در واقع تمام

عالم هستی است.

این مسئله روبرو شدن با یک

شخص نیست؛ شما باید با

درختان، رودخانه ها، کوهها،

ستارگان - همه عالم هستی -

روبرو شوید. و این عالم هستی

ماست، و ما جزئی از آن هستیم.

نیازی نیست از آن بترسید، نیازی



این عالم هستی جاسعه، و

ها جزئی از آن هستیم.

نیازی نیست از آن بترسید،

نیازی نیست چیزی را از

آن پنهان کنید. در واقع

حق اگر صحنه به پنهان

کاری کنید نمی توانید.

کار، همه چیز را از قبل

هم دانده

کار، بیشتر از آنکه

شما خود را بشناسید شما را

هم شناسد.

نیست چیزی را از آن پنهان کنید. در واقع حتی اگر سعی به پنهان کاری کنید نمی توانید. کل، همه چیز را از قبل می داند، کل، بیشتر از آنکه شما خود را بشناسید شما را می شناسد. و نکته دوم حتی مهمتر است: خدا از قبل قضاوت کرده است. چیزی نیست که بخواهد در آینده اتفاق بیفتد، قبلاً اتفاق افتاده است: او قضاوت کرده است. بنابراین حتی ترس از این قضاوت زایل می شود. این مسئله روز قیامت نیست. نیازی نیست بپروید. روز قیامت همان روز اول اتفاق افتاده است؛ لحظه ای که شما را آفرید در همان لحظه در موردتان داوری نمود. او شما را می شناسد، شما مخلوق او هستید.

بنابراین نیازی نیست از جمع بترسید، شما آزادید. و لحظه ای که فرد بداند کاملاً آزاد و رهاست تا خودش باشد، زندگی از یک کیفیت پویا و فعال برخوردار می شود.

جمع شما را به سمع خود
نمی کشد - این شما
هستید که کشیده
می شوید، نه بوسیله
شخص دیگر بلکه بوسیله
شرایط غیر هوشیارانه
خودتان.

توس، قید و بند می آفریند، آزادی به شما بال پرواز می دهد.

آزادی از، آزادی برای

هرگز به واژه آزاد بودن از نیندیشید؛ بلکه به واژه آزاد بودن برای، بیندیشید. تفاوت این دو بزرگ است، بسیار بزرگ. به واژه «از» فکر نکنید - بلکه به واژه «برای» فکر کنید. برای خدا آزاد باشید، برای حقیقت آزاد باشید، اما فکر نکنید که می خواهید از جمع، از کلیسا و از این و آن آزاد باشید. شما ممکن است یک روزی بتوانید دور شوید، اما هرگز آزاد نخواهید بود، هرگز. این منجر به نوعی سرکوب خواهد شد. چرا شما این قدر از جمع می ترسید؟... اگر کششی آنجا باشد، بعد ترستان براحتی آن کشش را نشان می دهد، مجذوبیت شما را. هر کجا که بروید تحت سلطه جمع باقی خواهید ماند. آنچه را که من می گویم این است که فقط به حقایق آن نگاه کنید - هیچ نیازی به فکر کردن در مورد واژه جمع نیست. فقط به واژه هستی خود فکر کنید. این مسئله می تواند همین حالا کنار گذاشته شود. اگر تقلا کنید نمی توانید آزاد باشید. شما می توانید آن را کنار بگذارید زیرا هیچ فایده ای در تقلا کردن وجود ندارد.

مشکل، جمع نیست - مشکل، شما هستید. جمع شما را به سمت خود نمی کشد. این شما هستید که کشیده می شوید، نه به وسیله شخص دیگر بلکه به وسیله شرایط غیر هوشیارانه خودتان. همیشه به

یاد داشته باشید که مسئولیت را به گردن کسی دیگر نیندازید، زیرا بعداً هرگز از آن خلاص نمی‌شود. در باطن امر این مسئولیت خودتان است. چرا باید این قدر زیاد علیه جمع بود؟ بیچاره جمع! چرا باید این چنین در مقابلش بایستید؟ چرا چنین زخمی را حمل می‌کنید؟

جمع نمی‌تواند هیچ کاری بکند مگر اینکه شما همکاری کنید. بنابراین موضوع مربوط به همکاری شماست. شما می‌توانید همکاری را همین حالا حذف کنید. اگر شما هر تلاشی در رابطه با آن نکنید، بعداً دچار مشکل خواهید شد. بنابراین در لحظه عمل کنید. درست در لحظه حساس، و با فهم خودجوش، اگر بتوانید این نکته را ببینید که اگر بجنگید، برای جنگ باخته نبرد می‌کنید. در جنگ مطلق شما روی جمع تأکید می‌کنید.

این است آنچه که برای میلیون‌ها نفر از مردم اتفاق افتاده است. بعضی می‌خواهند از زنان فرار کنند - در هند قریه‌هاست این کار را انجام داده‌اند. ولی بعداً هرچه بیشتر جذب این امر شده‌اند. آنها می‌خواهند از آمیزش جنسی خلاص شوند ولی بعداً تمام ذهنشان معطوف به مسائل جنسی می‌شود؛ آنها تنها به مسائل جنسی فکر می‌کنند نه چیز دیگر. آنها، نمی‌خواهند و کارهایی از قبیل پرانا یاما (Pranayama) و یوگا و هزار و یک چیز دیگر انجام می‌دهند - همه احمقانه است. هرچه بیشتر با مسائل جنسی می‌جنگند بیشتر آن را تقویت می‌کنند. و بیشتر

بر آن متمرکز می‌شوند. به طوری که بدون هرگونه تناسبی بسیار با اهمیت می‌شود.

این چیزی است که برای راهبان مسیحی پیش آمده است. آنها خیلی سرکوب شده و ترسیده‌اند. اگر از جمع زیاد بترسید این مسئله عیناً برای شما هم ممکن است اتفاق بیفتد. جمع نمی‌تواند کاری کند مگر اینکه شما همکاری کنید، بنابراین مسئله هوشیاری شماست. همکاری نکنید!

این نظر من است: هر آنچه که بر شما واقع می‌شود، خودتان مسئولید. هیچکس دیگری آن را در حق شما انجام نداده است. شما خواستید که انجام شود، آن هم انجام شده است. بعضی‌ها شما را استثمار می‌کنند چرا که شما خود خواستید استثمار شوید. بعضی‌ها شما را در زندان و اسیر می‌کنند چون شما اینطور خواستید. شاید قبلاً آن را امنیت می‌نامیدید. اسمی ممکن است متفاوت باشد، عنوان ممکن است مختلف باشد، اما شما آرزو می‌کردید زندانی باشید زیرا در زندان انسان در امان است و جای ناامنی و نگرانی نمی‌باشد.

اما با دیوارهای زندان نجنگید. به درون خود بنگرید. آن اشتیاق و آرزوی امنیت را ببایید و اینکه چطور جمع می‌تواند شما را تحت نفوذ خود درآورد. شما باید چیزی از جمع بخواهید - شناخت، اقتضار، احترام، مورد احترام بودن. اگر از آنها چیزی بخواهید باید

بعداً به آنها برده‌اید. و بعد جمع می‌گوید «بسیار خوب، ما به شما احترام می‌دهیم، و شما آزادیتان را به ما پدیدید.» این یک معامله ساده است. اما جمع هرگز با شما کاری نکرده است - اساساً خود شما بوده‌اید. بنابراین از راه خودتان خارج می‌شوید.

چهره اصلی خود را بیابید

فقط آنچه هستید باشید و ذره‌ای به دنیا اهمیت ندهید. آنگاه شما آرامش عظیم و صفای عمیقی درون قلبتان احساس می‌کنید. این چیزی است که گروه ذن (zen) آن را «چهره اصلی» شما می‌نامند - آرام، بدون تنش، بدون کنکاش، بدون دورویی و ریاکاری، بدون به اصطلاح نظمی که چطور باید رفتار کنید.

و به یاد داشته باشید، چهره اصلی یک بیان شاعرانه زیباست، اما این به آن معنی نیست که شما چهره متفاوتی دارید. این چهره تمام تنهائیش را از دست می‌دهد و آرامش می‌یابد، به دور از هر قضاوتی مانده و دیگران را نمی‌بیند و این چهره تحت تأثیر ارزشهای جدید، چهره اصلی شما می‌شود.

یک ضرب‌المثل قدیمی وجود دارد که می‌گوید: قهرمان کسی است که شهادت ترسو بودن را ندارد.

اگر یک ترسو باشید، چه ایرادی دارد؟ شما یک ترسو



این نظر من است؛

هر آنچه که بر شما واقع

می‌شود، خودتان مسئول

آن هستید. هیچکس

دیگری آن را در حق شما

انجام نداده است.

شما خواهید که انجام

شود، و آن هم انجام

شده است.

هستید - این کاملاً خوب است. ترسوها نیز مورد نیاز هستند، در غیر این صورت از کجا قهرمان ایجاد می‌شود؟ وجود آنها در جهت ایجاد زمینه‌ای برای خلق قهرمانان کاملاً ضروری است. فقط خودتان باشید، هر چه که هست.

مشکل این است که هرگز قبلاً کسی به شما نگفته خودتان باشید. هر کس دخالت می‌کند، و می‌گوید باید این‌گونه یا آن‌گونه باشی - حتی در مسائل معمول و روزمره. در دوران مدرسم... من پسر بچه کوچکی بودم، اما منتظر بودم از اینکه به من گفته شود چطور باید باشم. معلمین شروع به

تطبیع من کردند - «اگر درست رفتار کنی، می‌توانی نابغه شوی.»

من گفتم: «نابغه شدن به درک من فقط می‌خواهم خودم باشم.»

من عادت داشتم در حالی که پاهایم را روی میز قرار می‌دهم

بنشینیم و همه معلمها ناراحت می شدند. آنها می گفتند: «این چه رفتاری است که می کنی؟»

من می گفتم: «میز چیزی به من نگفت. این چیزی است بین من و میز، بنابراین چرا شما عصبانی هستید؟ من که پاهایم را روی سر شما نگذاشته‌ام! شما هم بهتر است به همان شکلی که من راحت هستم راحت باشید. به این ترتیب من هم بهتر چیزهای مزخرفی که شما درس می دهید را می فهمم.»

درست در یک طرف اتاق یک پنجره زیبا بود، و بیرون درختان، پرندگان و فاخته‌ها بودند. اغلب به بیرون از پنجره نگاه می کردم، و معلمها می آمدند و می گفتند: «اصلاً چرا به مدرسه می آیی؟»

من می گفتم: «برای اینکه در خانه ما پنجره‌ای مثل این وجود ندارد، که به تمام آسمان باز شود. اطراف خانه‌مان نیز پرند و فاخته‌ای وجود ندارد. خانه ما در وسط شهر است و با خانه‌های دیگر احاطه شده و آن قدر شلوغ است که پرنده‌ها به آنجا نمی آیند، و فاخته‌ها نیز احساس نمی کنند آنجا مردمی باشند که با آواز آنها خوشحال شوند.»

«این مطلب را فراموش کنید که من به اینجا می آیم تا به درس شما گوش کنم. من هزینه خودم را می پردازم و شما فقط یک خدمتکارید و باید این مسئله را بخاطر بسپارید. اگر رد شوم از شما شکایتی نخواهم کرد؛ و اگر رد شوم ناراحت نمی شوم. اما اگر تمام سال

مجبور باشم وانمود کنم که به شما گوش می دهم، در حالی که به آواز فاخته‌های بیرون گوش می دهم، این شروع یک زندگی ریاکارانه خواهد بود. و من نمی خواهم یک ریاکار باشم.»

در هر موضوعی معلمین و اساتید می خواهند که شما آن را به طریق مشخص و معین انجام دهید. در مدرسه من در آن روزها، و شاید حتی امروز، استفاده از یک کلاه اجباری بود. من مخالفتی با کلاه نداشتم؛ از زمانی که دانشگاه را ترک کرده‌ام نسبت به استفاده از کلاه اقدام کرده‌ام، اما تا زمانی که در دانشگاه بودم از آن استفاده نکردم. اولین معلمی که نگران من بود گفت: «تو باعث اختلال در نظم محیط آموزشی می شوی، کلاهات کجاست؟»

من گفتم: «مقررات رفتاری دانشکده را بیاورید. آیا هیچ اشاره‌ای راجع به اینکه هر دانشجو باید کلاه بر سر بگذارد هست؟ و اگر نیست، شما دارید چیزی برخلاف مقررات مدرسه را تحمیل می کنید.» او مرا به دفتر مدیریت دانشکده برد، و من به مدیر گفتم: «من کاملاً آماده‌ام، فقط به من نشان بدهید در کجا نوشته شده است که استفاده از کلاه اجباری است. اگر اجباری باشد من ممکن است حتی مدرسه را ترک کنم، اما اول اجازه بدهید ببینم که کجا این مطلب نوشته شده است؟»

هیچ مقررات نوشته شده‌ای وجود نداشت، و من گفتم: «آیا می توانید هیچ دلیل منطقی دیگری برای استفاده از کلاه ارائه نمایید؟»

آیا کلاه مرا باهوش تر می‌کند؟ آیا به زندگی‌ام می‌افزاید؟ آیا سلامت بهتر، یا فهم بیشتری به من می‌دهد؟ گفت: «تا آنجایی که من می‌دانم، بنگال تنها استان در هند است که در آن از کلاه استفاده نمی‌شود، و باهوش‌ترین افراد هم در این قسمت از کشور هستند. پنجاب نقطه مقابل است. در آنجا، بجای کلاه معمول، مردم از کلاه بزرگ استفاده می‌کنند - کلاههایی بسیار بزرگ، گویا هوش آنها می‌خواهد فرار کند و آنها تلاش می‌کنند جلوی آن را بگیرند و کم‌هوش‌ترین افراد کشور در این قسمت از کشور هستند.»

مدیر گفت: «به نظر می‌رسد در آنچه که می‌گویید منطق وجود دارد، اما این مطابق با نظم مدرسه است. اگر شما از استفاده از کلاه امتناع کنید، بقیه هم چنین می‌کنند.»
من گفتم: «پس ترس چیست؟ فقط کافی است تمام آیین قراردادی را کنار بگذارید.»

هیچکس نمی‌خواهد به شما اجازه دهد در مسائلی که کاملاً بی‌اهمیت است خودتان باشید. من در کودکی موهای بلندی داشتم. و چون خانه ما و مغازه پدرم به هم مرتبط بود من بین این دو رفت و آمد می‌کردم. خانه پشت مغازه بود و برای رفتن به منزل لازم بود از داخل مغازه عبور کنم. مردم می‌پرسیدند: «این دختر کیست؟» - چرا که موهایم خیلی بلند بود، آنها نمی‌توانستند تصور کنند که یک پسر موی به این بلندی داشته باشد.

پدرم خیلی احساس خجالت و شرمندگی می‌کرد که بگوید: «او یک پسر است.»

آنها می‌گفتند: «اما چرا موی به این بلندی دارد؟»
یک روز - که او طبیعت عادی خود را نداشت - خیلی شرمند و خشمگین شد تا آنجا که آمد و خودش موهایم را کوتاه کرد. من هیچ چیزی به او نگفتم - متعجب شد و گفت: «چیزی نداری که بگویی؟»
گفتم: «من به روش خودم خواهم گفت.»
پدرم گفت: «منظورت چیست؟»

گفتم: «خواهی دید.» بعد به آرایشگری که معتاد به مواد مخدر بود و قبلاً در مقابل منزل ما مغازه داشت مراجعه کردم. او تنها کسی بود که من برای او احترام قائل بودم. آنجا تعداد زیادی آرایشگاه بود، اما من آن مرد پیر را دوست داشتم. او فرد ناداری بود، و مرا هم دوست داشت؛ ما ساعتها با هم حرف می‌زدیم.

من به نزدش رفتم و گفتم: «موهایم را کامل تیغ بزن.» در هند تنها موقعی که پدر کسی مرده باشد سر کاملاً تیغ زده می‌شود. یک لحظه آن مرد معتاد به خودش آمد و گفت: «چه اتفاقی افتاده؟ آیا پدرت مرده است؟»

من گفتم: «خودت را ناراحت این مسائل نکن. کاری که می‌گویم انجام بده؛ این به شما مربوط نیست! فقط موهایم را کاملاً کوتاه کن و سرم را تیغ بزن.»

بعد مرد آرایشگر گفت: «درست است، این به من ربطی ندارد. اگر او مرده که مرده است.»

او تمام سرم را تیغ زد، و من به خانه رفتم، از میان مغازه گذشتم. پدرم و تمام مشتریهای مرا نگاه کردند. آنها گفتند: «چه اتفاقی افتاده؟ این پسر کیست که پدرش مرده است؟» پدرم گفت: «او پسر من است و من زنده‌ام! می‌دانستم که یک کاری می‌خواهد انجام می‌دهد. جواب مرا بخوبی داد.»

هر کجا که می‌رفتم مردم می‌پرسیدند: «چه اتفاقی افتاده؟ پدرت که کاملاً سالم است.»

و من می‌گفتم: «مردم در هر سنی می‌میرند. شما نگران سلامتی پدر من هستید، نه نگران موهای من.»

این آخرین کاری بود که پدرم در رابطه با من انجام داد، چرا که فهمید پاسخ می‌تواند خطرناکتر باشد! من به او گفتم: «شما افتتاح کردید. از چه چیزی خجالت می‌کشیدید؟ شما می‌توانستید بگویید، او دختر من است. من هیچ اعتراضی در این مورد نداشتم. اما شما نباید آن گونه مداخله می‌نمودید. ظالمانه و وحشیانه بود. قبل از اینکه چیزی به من بگویید، شروع به کوتاه کردن موهایم کردید.»

هیچکس به کسی اجازه نمی‌دهد خودش باشد. و شما تمام آن باورها را آنقدر عمیق فرا گرفته‌اید که به نظر می‌رسد باورهای خود شما است. فقط آرام باشید. تمام آن شرایط را فراموش کنید، درست مثل

برگهای خشکیده‌ای که از درختها فرو می‌افتند آنها را کنار بگذارید. بهتر است درختی لخت باشید تا اینکه برگهای پلاستیکی و یا گلهای پلاستیکی داشته باشید؛ خیلی زشت است. فقط منطبق با حس درونی خود زندگی کنید - شما حساسیت و شعور لازم را دارید - و چهره اصلی را خواهید داشت.

هستند. پس ذهنتان را با همان مسائل آشنا مشغول می‌کنید. و آنقدر در آن پیش می‌روید تا خسته و بیزار می‌شوید، احساس بیچارگی می‌کنید، اما با تمامی این احوال هنوز به نظر آشنا و راحت می‌آید. حداقل آن را می‌شناسید. ناشناخته شما را به لرزه می‌اندازد. حتی با تصور چیزهای ناشناخته، احساس ناامنی می‌کنید.

انسانها به دو گروه تقسیم می‌شوند: افرادی که می‌خواهند در راحتی زندگی کنند - آنها به دنبال مرگ هستند، یک آرامگاه راحت می‌خواهند. و مردمی که می‌خواهند زندگی کنند - آنها زندگی مخاطره‌آمیز را انتخاب می‌کنند، زیرا زندگی فقط به هنگام خطر کردن رونق پیدا می‌کند.

آیا تا به حال از کوه بالا رفته‌اید؟ هرچه بیشتر صعود می‌کنید، احساس تازگی و جوانی بیشتری می‌کنید. هرچه احتمال خطر سقوط از کوه بیشتر شود، هرچه پرتگاه عمیق‌تری در کنارتان باشد، زنده‌تر هستید... مابین زندگی و مرگ، موقعی که دقیقاً بین مرگ و زندگی معلق هستید. آنگاه هیچ خستگی و ملالتی وجود ندارد، هیچ غباری از گذشته و هیچ آرزویی برای آینده وجود ندارد. پس لحظه حاضر خیلی تیز و سریع است، مثل شعله آتش. بنابراین کافی است - در حال و هم اینجا زندگی کنید.

در موج سواری، اسکی، یا پرواز با گلایدر - هر جایی که خطر از دست دادن زندگی هست - لذت خیلی زیادی وجود دارد زیرا خطر از

لذت زندگی مخاطره‌آمیز

چه

آنها این که شهادت دارند، بی فکر حرکت می‌کنند. آنها به دنبال فرصتهای پرخطر هستند. فلسفه زندگی‌شان همانند شرکت‌های بیمه نیست. فلسفه زندگی‌شان همچون یک کوهنورد، یک گلایدر سوار، یک موج‌سوار است. و نه تنها در دریاهای بیرون، بلکه در دریاهای درونی‌شان نیز موج سواری می‌کنند. و نه تنها به هیمالیا و آلپ صعود می‌کنند؛ بلکه به دنبال فتح لعل درونی‌شان نیز هستند.

با خطر زیستن یعنی زندگی کردن. اگر با خطر زندگی نمی‌کنید، در واقع زندگی نمی‌کنید. زندگی فقط در خطر کردن شکوفا می‌شود. زندگی در پناه امنیت شکوفا نمی‌شود؛ فقط در عدم امنیت است که شکوفا می‌شود.

اگر شروع به احساس امنیت کنید، به برکه‌ای بی حرکت تبدیل می‌شوید. از آن به بعد دیگر انرژی‌تان در جریان نخواهد بود. سپس می‌ترسید... زیرا شخص هیچگاه نمی‌داند چگونه ناشناخته‌ها را بشکافد. و چرا باید خود را به خطر بیندازد؟ شناخته‌ها مطمئن‌تر

دست دادن زندگی، فرد را به طور فوق العاده ای سرزنده می کند. برای همین است که مردم به سوی ورزشهای مخاطره آمیز جذب می شوند.

مردم از کوهها صعود می کنند... فردی از ادموند هیلاری (Edmond Hillary) پرسید: «چرا سعی کردی از اورست صعود کنی؟ چرا؟» و هیلاری گفت: «برای اینکه در آنجا همیشه یک مبارزه دائمی وجود دارد.» - خطرناک بود، افراد زیادی قبلاً مرده بودند. در حدود ۷۰،۶۰ سال گروههای زیادی به آنجا می رفتند - و مرگ تقریباً حتمی بود، اما بازهم مردم می رفتند. چه چیزی آنها را جذب می کرده است؟ با بالاتر رفتن، دورتر شدن از ما، از زندگی عادی، بار دیگر به طبیعت سرکش و وحشی خود باز می گردید، دوباره بخشی از حیات وحش می شوید. دوباره مثل ببر یا شیر، یا رودخانه زندگی می کنید. دوباره همانند پرندگان در آسمان اوج می گیرید، و دورتر و دورتر می روید. و هر لحظه احساس امنیت، موجودی بانکی، زن، شوهر، خانواده، جامعه، کلیسا، احترام، خوش نامی - همه بیش از پیش رنگ می بازند، کم رنگ و کم رنگ تر. و تنها می شوید.

این، علت علاقه مندی زیاد مردم به ورزش است. اما خطر کردن واقعی محسوب نمی شود زیرا می توانید در ورزش خیلی خیلی ماهر شوید. می توانید آن را یاد بگیرید، و خوب تربیت شوید. این خطر کردن، خطری کاملاً حساب شده است - اگر اجازه دهید که به آن

خطر کردن حساب شده بگویم. می توانید کوهنوردی را تمرین کنید و تمام احتیاطهای لازم را در نظر بگیرید. یا هنگام رانندگی با سرعتهای بالا - می توانید با سرعت ۱۰۰ مایل در ساعت برانید و این خطرناک و مهیج است. اما این خطر تنها برای دیگران است و نه برای شما، چرا که می توانید در این زمینه نیز خیلی ماهر شوید. حتی اگر خطری نیز باشد، در حاشیه است. پس، این خطرها فقط خطرهایی فیزیکی هستند، فقط جسم درگیر می شود.

هنگامی که می گویم، خطر کردن در زندگی، منظورم تنها خطر کردن فیزیکی نیست بلکه خطر کردن روانی، و در نهایت خطر کردن روحی است. مذهب یک خطر کردن روحی است. آنقدر بالا می رود که شاید هیچ بازگشتی نباشد. این همان معنی واژه آناگامین (Anagamin) بود است - کسی که هرگز باز نمی گردد. تا چنان ارتفاعی بالا می رود، تا نقطه عدم بازگشت... که در آنجا گم می شود و هرگز باز نمی گردد.

هنگامی که می گویم زندگی مخاطره آمیز، منظورم زندگی آبرومندان معمولی نیست - اینکه شهردار شهری باشید، یا عضوی از یک شرکت. این زندگی نیست، یا اینکه وزیر باشید، یا شغل خوبی داشته باشید و پول خوبی کسب کنید و پول در حساب بانکی تان جمع شده و همه چیز کاملاً خوب پیش برود. هنگامی که همه چیز خوب پیش می رود، توجه کنید - در حال مردن هستید و هیچ اتفاقی به وقوع

پس اگر احساس کسالت می‌کنید، طبیعی است. مردم نزد من می‌آیند و می‌گویند که خیلی احساس خستگی و کسالت می‌کنند. احساس بی‌زاری می‌کنند، احساس می‌کنند که گیر افتاده‌اند و نمی‌دانند که چه کاری باید بکنند؟ فکر می‌کنند که با تکرار یک ذکر (mantra) دوباره زنده می‌شوند. به این سادگی نیست. باید الگوی تمام زندگی‌شان را تغییر دهند.

عشق بورزید، ولی تصور نکنید که همین فردا زن مورد علاقه‌تان در اختیارتان می‌باشد. متوقع نباشید. جایگاه زن را به همسر تقلیل ندهید. آنگاه مخاطره آمیز زندگی خواهید کرد. جایگاه مرد را نیز به یک همسر تقلیل ندهید، زیرا شوهر چیز زشتی است. بگذارید مردتان، مرد شما باشد و زنتان، زن شما، و فردایتان را قابل پیش‌بینی نکنید. هیچ توقعی نداشته باشید و برای هر چیزی آماده باشید. این، منظور من است وقتی که می‌گویم

❦

من هرقا می‌نویسم و

نمی‌خواهم خانه‌تان را

ویران کنید و به هیمالیا

بگریزید. خانه مورد نیاز

لست. — اما برای استفاده

شما از آن. اشتباه برداشته

نکنید.

نمی‌پایند. شاید مردم به شما احترام بگذارند، و هنگامی که بمیرید جمعیت کثیری در مراسم‌تان شرکت خواهند کرد. خوب، هم‌اکنون همین است، و در روزنامه‌ها عکس‌های منتشر می‌شود و سرمقاله‌هایی برایتان خواهند نوشت، و بعد مردم فراموش‌تان خواهند کرد. آیا کل زندگی‌تان را برای همین چیزها صرف کرده‌اید؟

آگاه باشید — انسان می‌تواند تمام زندگی‌اش را برای چیزهای معمولی و دنیوی از دست بدهد. معنویت داشتن به این معناست که بفهمیم نباید به مسائل کوچک بهای زیادی داد. نمی‌گویم که اینها بی‌معنی هستند. می‌گویم که اینها معنا دارند اما نه آنقدر که شما فکر می‌کنید.

پول مورد نیاز است، اما هدف نیست و نمی‌تواند هدف باشد. قطعاً به خانه احتیاج است. این یک نیاز است. من سرتا می‌نویسم و نمی‌خواهم خانه‌تان را ویران کنید و به هیمالیا بگریزید. خانه مورد نیاز است — اما برای استفاده شما از آن. اشتباه برداشت نکنید.

هنگامی که به مردم می‌گویم، انگار همه چیز وارونه است. انگار وجود آنهاست که مورد نیاز خانه است. آنها به کار کردن برای خانه ادامه می‌دهند. گویی برای بردن حساب بانکی به آنها نیاز است — تنها پول جمع کنند و بعد بمیرند. آنها هرگز زندگی نکرده‌اند. حتی یک لحظه زندگی جاری و پر تپشی نداشته‌اند. آنها در چارچوب امنیت، آشنایی و احترام زندانی هستند.

ندهید که زندگی تان تا حد یک کار معمولی و روزمره تنزل یابد - زیرا هدف زندگی، بازی است!

بازی، انجام دادن کاری محض خاطر خودش است. اگر از خیلی چیزها بخاطر خودش لذت ببرید، سرزنده تر خواهید شد. البته، زندگی تان همیشه در خطر و هیجان خواهد بود. اما زندگی باید همین گونه باشد. خطر بخشی از آن است. در حقیقت بخش بهتر آن، بهترین و زیباترین بخش آن خطر است. هر لحظه زندگی همراه با خطر است. شاید آگاه نباشید... حتی در نفسی که فرو می برید و بیرون می آورید نیز، خطر وجود دارد. هنگام بازدم، چه کسی می داند که نفس دوباره برمی گردد یا نه؟ مشخص نیست، تضمینی نیز وجود ندارد.

اما تعداد کمی از مردم هستند که تمام مذهبشان در امنیت خلاصه می شود. حتی اگر درباره خدا صحبت می کنند، درباره خدایی صحبت می کنند که حد اعلای امنیت است. اگر به خدا فکر می کنند، تنها به این دلیل است که می ترسند. اگر عبادت و مراقبه می کنند برای این است که در «کتابهای خوب»، در تعالیم کتابهای خوب خدا باقی می مانند: «اگر خدایی هست، می داند که من بطور مرتب به کلیسا می روم، بطور مرتب عبادت می کردم. می توانم شهادت بدهم.» حتی عبادتشان فقط یک ابزار است.

زندگی مخاطره آمیز به گونه ای است که هر لحظه، لحظه آخر آن

مخاطره آمیز زندگی کنید.

ما چه کار می کنیم؟ عاشق زنی می شویم و بلافاصله به دادگاه یا اداره ثبت یا کلیسا می رویم تا ازدواج کنیم. نمی گویم ازدواج نکنید. این یک رسم است. خیلی خوب، جامعه را خشنود کنید، اما در صحن دهرتان هرگز مالک او نباشید. هرگز، حتی برای یک لحظه هم نگویید که

«تو متعلق به من هستی.» زیرا چگونه کسی می تواند به شما تعلق داشته باشد؟ و زمانی که قصد می کنید زنی را به مالکیت خود در آورید، او نیز شما را به مالکیت خود درمی آورد. پس دیگر به هم عشق نمی ورزید. فقط همدیگر را له می کنید، می کشید و فلج می کنید.

کار کنید - کار مورد نیاز است - اما اجازه ندهید که کار زندگی تان بشود. بازی باید در مرکز زندگی تان باقی بماند. کار باید ابزاری برای بازی باشد. در اداره، کارخانه و مغازه کار کنید، اما زمانی و فرصتی برای بازی در نظر بگیرید. اجازه



عشق بورزید، ولی تصور

نکنید که همین فردا زن

مورد علاقه تان در

اختیار تان می باشد متوقع

نباشید. جایگاه زن را به

همسر تقلیل ندهید. آنگاه

مخاطره آمیز زندگی

خواهید کرد

هر کاری که کنید، زندگی یک راز است

ذهن در پذیرفتن باور غیر قابل توجه، مشکل دارد. ذهن اصرار احمقانه‌ای برای توجیه شدن هر چیز دارد... اگر توجه نشوند، حداقل تأویل شوند! هر چیزی که مبهم و پیچیده بماند، ذهن را دچار مشکل می‌کند.

تمام تاریخ فلسفه، مذهب، علم، ریاضیات ریشه یکسانی دارند و یک اهمیت مشابه، و با اصطلاحاً یک خارش مشابه. شاید شما خودتان را یک طوری بخارائید و دیگری طور دیگر، اما باید درک کرد که این خارش چیست. خارش مزبور این باور است که هستی یک راز نیست. ذهن تنها در صورتی به آرامش می‌رسد که هستی به نحوی از پردهٔ ابهام بیرون بیاید.

برخی از مکاتب مفاهیم مختلفی ابداع کرده‌اند. اینها روشهای آنها برای پوشاندن حفره‌هایی است که غیرقابل پوشاندن هستند؛ هر کاری که انجام دهید حفره‌ها بجای خود باقی هستند. در حقیقت هرچه بیشتر سعی کنید آنها را بپوشانید، با وضوح بیشتری خود را نشان می‌دهند. کوشش زیاد برای پوشاندن آنها، ترس شماست از اینکه مبدا کسی آن حفره‌ها را ببیند.

تمام تاریخ ذهن، در شاخه‌های مختلف، وصله پینه کردن مطالب برای پوشاندن این حفره‌هاست - بویژه در ریاضیات، زیرا

باشد. هر لحظه ارزش ذاتی خود را داشته باشد و شما هم نترسید. می‌دانید که مرگ وجود دارد، و این حقیقت را می‌پذیرید، و خودتان را از آن پنهان نمی‌سازید. در حقیقت می‌روید و با مرگ مواجه می‌شوید. از لحظات مواجهه با مرگ - به صورت جسمی، روحی و روانی - لذت می‌برید.

لذت از لحظاتی که به‌طور مستقیم با مرگ در تماسید - جایی که مرگ تقریباً به‌صورت یک واقعیت درمی‌آید - این همان چیزی است که آن را زندگی مخاطره‌آمیز می‌نامم.

آنهايي که شهامت دارند، بی‌فکر حرکت می‌کنند. آنها به دنبال فرصتهای خطر هستند. فلسفهٔ زندگی‌شان همانند شرکتهای بیمه نیست. فلسفه زندگی‌شان همچون یک کوهنورد، یک گلايدر سوار، یک موج‌سوار است. و نه تنها در دریاهاى پیرون، بلکه در دریاهاى درونی‌شان نیز موج‌سواری می‌کند. و نه تنها به هیمالیا و آلپ صعود می‌کند؛ بلکه به دنبال فتح قله درونی‌شان نیز هستند.

اما یک چیز را بخاطر داشته باشید: هیچگاه هتر خطر کردن را فراموش نکنید، هرگز. همیشه قابلیت خطر کردن را داشته باشید. هر جا که فرصتی برای خطر کردن پیدا می‌کنید، هرگز از دست ندهید، و هیچگاه بازنده نخواهید بود. خطر کردن تنها تضمین برای زندگی حقیقی است.

ریاضیات کاملاً یک بازی ذهنی است. ریاضیدانهای هم هستند که اینطور فکر نمیکنند، برخی استدلال می کنند که اگر اسبها فکر و عقیده داشتند، خدای آنها هم یک اسب بود. می توانید کاملاً مطمئن باشید که خدای آنها انسان نبود، زیرا انسان نسبت به اسبها آنقدر بیرحم بوده است که او را تنها به عنوان شیطان می توانند تصور کنند، نه به عنوان خدا. در این صورت هر حیوانی عقیده خودش را در رابطه با خدا خواهد داشت، همانطور که هر نژاد بشری عقیده خودش را در مورد خدا دارد.

هنگامی که زندگی پر رمز و راز می شود، باورها و عقاید جایگزین آن فواصل و شکافهایی می شوند که با حقیقت نمی توان پرشان کرد. آن شکافها را با عقاید پر می کنید؛ و حداقل خودتان را راضی می کنید به اینکه زندگی را فهمیده اید.

تا به حال به لغت «فهمیدن» (Understand) فکر کرده اید؟ یعنی پایین تر از شما قرار گرفتن (Standing under you). عجیب است که این لغت بتدریج معنایی پیدا کرده که دور از ایده اصلی است: هر چیزی که بتوانید پایین تر از خود قرار دهید، زیر نفوذتان، تحت قدرت شما، زیر کفشتان باشد و شما به آن مسلط باشید.

مردم همیشه سعی کرده اند که زندگی را به همین روش بفهمند، اینکه زندگی را تحت اقتدارشان درآورند و بگویند: «ما رئیس هستیم. حالا هیچ چیزی که ما نفهمیم وجود ندارد».

اما این غیر ممکن است. هر کاری که انجام دهید، زندگی یک راز است و یک راز باقی می ماند.

هر جایی یک ماورایی دارد. ما با ماورا احاطه شده ایم. آن ماورا همان خداست؛ باید به آن ماورا نفوذ کرد. آن درون است، بیرون است؛ همیشه وجود دارد. و نباید آن را فراموش کنید... همان کاری که ما معمولاً انجام می دهیم، زیرا نظر کردن به ماورا راحت و بی زحمت نیست. مثل اینکه کسی به پرتگاه نگاه کند و شروع کند به لرزیدن، و احساس ناخوشی کند. با آگاهی از وجود پرتگاه می لرزد. هیچ کس به پرتگاه نگاه نمی کند؛ به مسیرهای دیگر نگاه می کنیم، از واقعیت اجتناب می کنیم. حقیقت مثل پرتگاه است، زیرا حقیقت خلاء بزرگی است. یک آسمان لایتناهی بدون حد و مرز است. بودا

ح

هنگامی که زندگی پر رمز

و راز می شود، باورها و

عقاید جایگزین فواصل و

شکافهایی می شوند که با

حقیقت نمی توان پرشان

کرد. آن شکافها را با عقاید

پر می کنید؛ و حداقل

خودتان را راضی می کنید

به اینکه زندگی را

فهمیده اید.

می‌گوید: دورانگاما (Durangama) - برای ماورا در دسترس باشید. هرگز خود را به مرزها محدود نکنید، همواره مرزها را پیشکنید. اگر به مرز نیاز دارید آن را بسازید، اما همیشه به یاد داشته باشید باید از آن خارج شوید. هرگز زندان نسازید.

ما زندانهای گوناگون می‌سازیم: رابطه، عقیده... اینها همه زندان هستند. انسان احساس راحتی می‌کند زیرا هیچ باد شدیدی نمی‌وزد. احساس امنیت می‌کند - گرچه این امنیت کاذب است، زیرا مرگ می‌آید و شما را به ماورا می‌کشاند. قبل از اینکه مرگ بیاید و شما را به ماورا ببرد، خودتان بروید.

یک داستان:

یک راهب اهل ذن در حال احتضار بود. خیلی پیر بود، ۹۰ سال داشت. ناگهان چشمانش را باز کرد و گفت: «کشفایم کجاست؟» یکی از مریدان گفت: «مگر کجا می‌روید؟ عقلمندان را از دست داده‌اید؟ شما در حال احتضارید، و طبیب گفته است که فرصت زیادی ندارید؛ فقط چند دقیقه دیگر.»

راهب گفت: «به همین علت کشفایم را می‌خواهم: دوست دارم خودم به گورستان بروم، زیرا نمی‌خواهم که مرا ببرند. با پاهای خودم می‌روم و مرگ را در آنجا ملاقات می‌کنم. نمی‌خواهم آنها مرا ببرند. شما مرا می‌شناسید - هیچگاه به کس دیگری تکیه نکردهام. خیلی زشت است که چهار نفر مرا حمل کنند. نه.»

بعد به طرف گورستان رفت. نه تنها قبرش را حفر کرد، بلکه در آن دراز کشید، و مرد. با چنین شهادتی برای پذیرش ناشناخته‌ها، و حرکت به درون خود و خوشامد گفتن به ماورا! مرگ تغییر شکل می‌یابد، آنگاه دیگر مرگ، مرگ نیست.

چنین فرد با شهادتی هرگز نمی‌میرد؛ مرگ مغلوب می‌شود. او به ماورای مرگ می‌رود. برای کسی که به ماورا پا می‌گذارد، هیچگاه ماورا مثل مرگ نخواهد بود. آنگاه ماورا مغلوب می‌شود. اگر از ماورا استقبال کنید، به شما خوش آمد می‌گوید؛ ماورا همیشه شما را منعکس می‌کند.

زندگی همواره در محیط پر تلاطم جاری است

نفس مثل یک دیوار شما را احاطه می‌کند. متقاعدتان می‌کند که با احاطه کردن به این شکل، از شما حمایت می‌کند. این فریبندگی نفس است. مرتباً می‌گوید: «اگر من نباشم، حمایت نمی‌شوی، خیلی آسیب‌پذیر می‌شوی، و خطرهای زیادی در کمینت است. پس بگذار من نگاهانت باشم، بگذار تو را احاطه کنم.»

با «من» حمایت قطعی و مشخصی هست، ولی این دیوار زندان شما نیز می‌شود. حمایت قطعی وجود دارد، والا همه از بدبختی‌هایی که منبت به همراه می‌آورد رنج می‌برند. حمایت قطعی وجود دارد،

شما را در مقابل دشمن حمایت می‌کند - اما علیه دوستان نیز حمایتان می‌کند.

درست مثل هنگامی که در را می‌بندید و خودتان را در پس آن مخفی می‌سازید، چون از دشمن می‌ترسید. بعد یک دوست می‌آید اما در بسته است، و نمی‌تواند وارد شود. اگر خیلی از دشمن بترسید پس دوست هم نمی‌تواند به درونتان وارد شود. و اگر در را برای دوست باز کنید، خطر اینکه دشمن نیز وارد شود وجود دارد.

انسان باید عمیقاً راجع به این موضوع فکر کند؛ این یکی از بزرگترین مشکلات زندگی است. و فقط عده بسیار کمی از افراد با شهادت به درستی از عهده این کار برمی‌آیند. باقی آدمهای بزدلی هستند که مخفی می‌شوند، آنگاه تمام زندگی‌شان را از دست می‌دهند.

زندگی توأم با خطر است، مرگ خطری ندارد. بپذیرید، در آن صورت هیچ مشکلی ندارید و هیچکس در صدد کشتن شما بر نمی‌آید زیرا چگونه می‌توان شما را کشت در حالی که مرده‌اید؟ داخل گور شوید و تمام شوید! بعد از آن دیگر هیچ بیماری نیست، هیچ اضطرابی نیست، هیچ مشکلی نیست، و فارغ از هرگونه مشکلی خواهید بود.

اما اگر زنده باشید، پس میلیونها مشکل نیز وجود دارد. هرچه

سرسرزنده تر باشید، مشکلات بیشتری خواهید داشت. اما هیچ اشتباهی در کار نیست زیرا در منازعه با مشکلات، در جنگیدن و مبارزه، رشد می‌کنید.

منیت دیوار نامحسوسی در پیرامون شماست. به هیچکس اجازه ورود به درونتان نمی‌دهد. احساس می‌کنید که محافظت می‌شوید، ایمن هستید، اما این امنیت همچون مرگ است. همچون امنیت گیاه درون دانه است. گیاه می‌ترسد جوانه بزند زیرا کسی چه می‌داند؟ - دنیا خیلی خطرناک است و گیاه خیلی نرم، بسیار

شکندنده. پشت جداره دانه، مخفی درون سلول، هر چیزی محافظت می‌شود.

به بچه کوچک درون رحم مادر فکر کنید. همه چیز مهیاست، تمام نیازهای بچه فوراً برآورده می‌شود. هیچ اضطرابی، هیچ جنگی، هیچ آینده‌ای وجود ندارد. بچه در کمال سعادت زندگی می‌کند. هر



هرچه سرزنده تر باشید،

مشکلات بیشتری

خواهید داشت. اما هیچ

اشتباهی در کار

نیست. زیرا در

منازعه با مشکلات،

در جنگیدن و مبارزه، رشد

می‌کنید

اصطلاحی هست، گاهی اوقات می‌گوییم: «تجربه، گرانیهاست (Outstanding)». معنای وجد دقیقاً همین است: گرانیها.

هنگامیکه دانه‌ای می‌شکند و تور پنهان در آن شروع به پدیدار شدن می‌کند، هنگامیکه بچه‌ای به دنیا می‌آید و از رحم جدا می‌شود، همه راحتی و آسایش را پشت سر می‌گذارد و به سوی دنیای ناشناخته حرکت می‌کند - این وجد است. هنگامی که پرنده‌ای تخم را می‌شکند و به آسمان پرواز می‌کند، این وجد است.

منیت مثل همان تخم پرنده است، و باید از آن بیرون بیاید. به وجد درآید! از تمام حفاظت‌ها و قالب‌ها بیرون بیاید. آنگاه به دنیای پهناوری می‌رسید، دنیای وسیع و لایتناهی. فقط پس از آن است که زندگی می‌کنید، زندگی همراه با فراوانیها و نعمتها.

اما ترس شما را فلج می‌کند. بچه، قبل از اینکه از رحم بیرون بیاید، باید درباره‌ی بیرون آمدن یا نیامدن درنگ کند. بودن یا نبودن؟ گاهی به جلو و گاهی به عقب. شاید به این علت است که مادران هنگام وضع حمل درد زیادی متحمل می‌شوند. بچه درنگ می‌کند، هنوز کاملاً آماده نیست تا به وجد درآید. گذشته او را به عقب می‌کشاند، آینده او را به پیش می‌برد، و بچه مرد می‌شود.

این دیوار تزلزل و تردید است، چسبیدن به گذشته و چسبیدن به منیت است. این دیوار را همه جا با خود دارید، گاهی اوقات، در لحظات معدود، هنگامی که خیلی سرزنده و هشیار هستید، می‌توانید

نیازی به وسیله مادر برآورده می‌شود.

اما آیا می‌خواهید برای همیشه در رحم مادر بمانید؟ آنجا خیلی محافظت شده است. اگر فرصت انتخاب داشته باشید، آیا دوست دارید همیشه در رحم مادر بمانید؟ رحم خیلی راحت است، چه راحتی بیشتر از آن قابل تصور است؟ دانشمندان می‌گویند که هنوز نتوانسته‌ایم موقعیتی راحت‌تر از رحم مادر بسازیم. به نظر می‌رسد که رحم منتهای راحتی باشد. خیلی راحت - نه اضطرابی، نه مشکلی، نه نیازی به کار کردن. هستی محض. و همه چیز به طور خودکار مهیاست. هر نیازی که به وجود می‌آید فوراً برآورده می‌شود. حتی سختی نفس کشیدن هم وجود ندارد - مادر به جای بچه نفس می‌کشد. هیچ دردسری برای غذا وجود ندارد - مادر به جای بچه می‌خورد.

اما آیا می‌خواهید در رحم مادر بمانید؟ آنجا راحت است اما زندگی نیست. زندگی همیشه در محیط پرتلاطم جاری است. زندگی در بیرون جاری است.

کلمه انگلیسی وجد (Ecstasy) خیلی خیلی مهم است. به معنی بپاخاستن است. یعنی خارج شدن - خارج شدن از لاک خود و از همه حفاظتها، همه منتیها، همه راحتیا و همه دیوارهای همچون مرگ. وجد یعنی خارج شدن، آزاد شدن، درحرکت بودن، جریان یافتن، حساس بودن، تا آن حد که پادها بتوانند بیایند و از میان شما عبور کنند.

می‌گوییم خیلی بد است. او که از بیماری مقاربتی نمرد، از اسهال مُرد.

خانم کوچران گفت: «می‌دانم. اما ترجیح می‌دهم که مردم اینطور فکر کنند که او مثل یک آدم خوب مرد، بجای کثافتی که بود.»

تا لحظات آخر به بازی‌های خود ادامه می‌دهند.

منیت اجازه نمی‌دهد که حقیقی باشید، وادارتان می‌کند تا دروغین شوید. منیت دروغین است، اما فرد باید تصمیم بگیرد. برای شکستن همه آنچه که تا به حال رشد و پرورش داده‌اید، به شهادت فوق العاده‌ای نیاز دارید. تمام گذشته‌تان را خرد می‌کند. به طور کامل خرد می‌شوید. کسی آنجا هست اما شما آن شخص نیستید. هستی جداگانه‌ای درون شما پدیدار می‌شود - هستی با طراوتی که با گذشته تباه نشده است. آنگاه هیچ دیواری وجود نخواهد داشت. هر جا که باشید بی‌کران را بدون حد و مرز می‌بینید.

پیرمردی وارد کافه مورد علاقه‌اش شد و متوجه شد که گارسون عوض شده است. یا اینکه در ابتدا کمی مهیوت شده بود ولی از روی ادب به فرد جدید گفت: «شما زیباترین دختری هستی که من بعد از مدت‌های زیاد دیده‌ام.»

گارسون جدید که فرد متکبری بود، سرش را تکانی داد و با تشرویی پاسخ داد: «متأسفم که نمی‌توانم تعارف شما را پاسخ بدهم.»

آن را ببینید. والا، گرچه دیوار مزبور بسیار شفاف است، اما نمی‌توانید آن را ببینید. فرد می‌تواند کل زندگی‌اش را - نه یک زندگی، بلکه زندگیهای بسیار - بدون آگاهی از اینکه در سلولی محصور است زندگی کند، بدون پنجره، آنچه که لایبنیتس (Leibnitz) سابقاً آن را «جسوه نرد» (monad) می‌نامید. نه دری، نه پنجره‌ای، فقط محصور شده در درون - اما دیوار مزبور شیشه‌ای و شفاف است.

این منیت باید کنار گذاشته شود. فرد باید تمام شهادتش را جمع کند و آن را به زمین بگوید و خرد کند. مردم منیت و نفس را به میلیونها روش ممکن می‌پروراندند، بدون اینکه بدانند چه جهنمی برای خودشان فراهم می‌کنند.

خانم کوچران (Cochrane) کنار تابوت همسرش ایستاده بود. پسرش نیز کنارش بود. سوگواران یکی یکی از مقابلش می‌گذشتند.

«حالا دیگر درد نمی‌کشد.»

خانم کروی (Croy) گفت: «دلیل مرگش چه بود؟»

«بیچاره از بیماری مقاربتی مرد!»

زن دیگری به جسد چشم دوخت و گفت: «حالا دیگر راحت شد. لبخندی از آرامش بر چهره‌اش نمایان است. علت مرگش چه بود؟»

«از بیماری مقاربتی مرد!»

ناگهان پسر، مادرش را کنار کشید: «مادر، چیزی که راجع به پدر

بپرورد با متانت جواب داد: «خب، عزیزم، آیا نمی توانی کاری را که من انجام دادم بکنی؟ نمی توانی دروغ بگویی؟»

تمامی تعارفات ما چیزی جز کمک کردن به منیت یکدیگر نیست. آنها دروغین هستند. چیزی به کسی می گویند و او با تعارف پاسخ می دهد. نه شما نه او هیچکدام راستین نیستید. بازی را ادامه می دهید: آداب معاشرت، تعارفات، تشریفات، ظواهر و ماسکهای متعذرنانه.

آنگاه مجبورید با دیوار مواجه شوید. و کم کم دیوار ضخیم می شود، آنقدر که قادر به دیدن چیزی نیستید. دیوار هر روز ضخیم تر می شود - پس معطل

نکنید. اگر احساس می کنید که دیواری در اطراف خودتان درست کرده اید، آن را ترک کنید! از آن بیرون بپرید! برای بیرون پریدن تنها به



منیت به شما اجازه

نمی دهد که حقیقی

باشید، و ادواتان می کند تا

دروغین شوید.

نفس دروغین لسه، اما فرد

باید تصمیم بگیرد برای

شکستن همه آنچه که تا

به حال پرورش داده اید،

به شهادت فوق العاده ای

نیاز دارید.

یک تصمیم گیری احتیاج است، نه چیز دیگر. از فردا دیگر آن را تغذیه نکنید. پس از آن هر زمان که احساس می کنید دوباره از آن پرستاری می کنید، دست نگه دارید. طی چند روز می بینید که مرده است، زیرا آن به حمایت دائمی شما نیاز دارد، به تغذیه نیاز دارد.

شهادت غایی: نه آغاز، نه پایان

ترسهای زیادی وجود دارند، اما در اصل همه آنها فقط از یک ترس مشتق می شوند، مانند شاخه های یک درخت. نام این درخت مرگ است. شاید به این مسئله که این ترس ناشی از مرگ است، آگاه نباشید، اما هر ترسی از مرگ ناشی می شود.

ترس فقط یک سایه است. شاید هنگامی که از ورشکستگی می ترسید آشکار نباشد، اما در واقع از بی پولی و آسیب پذیری نسبت به مرگ می ترسید. مردم پول را به عنوان یک وسیله ایمنی جمع می کنند، هر چند که به خوبی می دانند که به هیچ وجه در برابر مرگ از آنها محافظت نمی کند. اما با این حال باید کاری انجام داد. حداقل انسان را مشغول می کند، و خود را مشغول کردن نوعی غفلت، نوعی مخدر است.

پس بنابراین درست مثل معتادین به الکل، معتادین به کار (Workaholic) نیز وجود دارند. آنها خودشان را دائماً درگیر کار

می‌کنند؛ و نمی‌توانند کار را رها کنند. تعطیلات برایشان ترسناک است؛ نمی‌توانند ساکت بنشینند. شاید دوباره روزنامه‌ای را بخوانند که از صبح سه بار خوانده‌اند. می‌خواهند سرگرم باشند، زیرا مشغولیت مثل پرده‌ای بین آنها و مرگ قرار می‌گیرد.

نکته مهم این است که متوجه شویم ترسهای دیگر فقط مشتقات هستند، زیرا اگر ریشه‌ها دانسته شود می‌توان کاری انجام داد. اگر مرگ ترس اساسی و بنیادی است، پس فقط یک چیز می‌تواند شما را ترس کند، و آن تجربه درونی‌تان از هشپاری ابدی است. هیچ چیز - نه پول، نه قدرت، نه شهرت - هیچکدام مگر مراقبه عمیق نمی‌تواند شما را در برابر مرگ بیمه کند... مراقبه‌ای که به شما نشان می‌دهد بدتتان می‌میرد، ذهنتان می‌میرد، اما شما فراتر از ساختار ذهن / بدن هستید. هسته اصلی‌تان، منبع اصلی زندگی‌تان قبل از شما اینجا بوده و بعد از شما خواهد ماند. آن به صورت مختلفی تغییر کرده است؛ به شکلهای متفاوتی ظاهر شده است. اما از ابتدا تاکنون مرکز ناپدید نشده است - اگر ابتدایی برایش وجود داشته باشد. و در پایان هم از بین نخواهد رفت، اگر پایانی وجود داشته باشد... زیرا من به وجود هیچ آغاز و پایانی اعتقاد ندارم.

هستی فاقد آغاز و پایان است. همیشه اینجا بوده و شما هم همیشه اینجا حضور داشته‌اید. شاید اشکال تفاوت کرده باشند؛ اشکال حتی در این زندگی هم متفاوتند.

اولین روزی که درون رحم مادر تان قرار گرفتید، بزرگتر از نقطه علامت سؤال تان نبودید. اگر عکستان نشان داده شود، خودتان را تشخیص نخواهید داد. و در حقیقت، حتی قبل از آن...

دو نفر درباره اینکه چقدر می‌توانند به عقب برگردند، و چقدر موضوعات دور را به یاد بیاورند بحث می‌کردند. یکی از آن دو نفر توانست زمان بیچگی خود تا حدود سه سالگی را به یاد آورد. دیگری گفت، «این که چیزی نیست. من روزی که مادرم و پدرم با هم به پیک نیک رفتند به یاد می‌آورم. هنگامی که به پیک نیک می‌رفتیم، درون پدرم بودم. و به هنگام بازگشت از پیک نیک درون مادرم بودم!»

آیا خود را هنگامی که درون پدرتان بودید، می‌توانید تشخیص دهید؟ عکسی به شما نشان داده می‌شود، عکس می‌تواند آنقدر بزرگ شود تا با چشمان غیر مسلح بتوانید ببینید، اما نمی‌توانید آن را تشخیص دهید. اما این همان شکل زندگی، همان منبع زندگی است که الان در شما جریان دارد.

هر روز تغییر می‌کنید. هنگامی که متولد شدید و یک روزه بودید، آن روز را هم نمی‌توانید بشناسید. می‌گویید: «خدای من، این منم؟» همه چیز تغییر می‌کند؛ پیر می‌شوید، جوانی از بین می‌رود. دوران کودکی مدتها پیش از دست رفته، و مرگ خواهد آمد. اما مرگ تنها برای شکل و ظاهر واقع می‌شود نه برای جوهر هستی و آنچه در تمام طول زندگی‌تان در تغییر بوده شکل و ظاهر بوده است.

زمانی که این را تجربه نکنید، ترس از مرگ ترکتان نمی‌کند. فقط مراقبه... فقط مراقبه می‌تواند کمک‌تان کند.

به جرأت این را می‌گویم؛ همه کتابهای مقدس این را می‌گویند، اما این کمکی نخواهد کرد؛ همچنان شک باقی می‌ماند. چه کسی می‌داند، شاید این مردم دروغ گفته باشند، یا اینکه خودشان را فریب داده باشند. یا این مردم با نوشتجات دیگری، یا اساتید دیگری اغفال شده باشند. و اگر شک باقی بماند، ترس نیز حضور خواهد داشت.

مراقبه با واقعیت رودرپتان می‌کند.

زمانی که بفهمید زندگی چیست، هرگز درباره مرگ نگران نخواهید بود.

می‌توانید به ماورا بروید... این در قدرت شما و حق شماست. اما باید برای حرکت از ذهن به طرف بی‌ذهنی کمی تلاش کنید.

تصور می‌کنید لحظه‌ای که بچهای به دنیا می‌آید، آغاز زندگی‌اش می‌باشد. این درست نیست. فکر می‌کنید لحظه‌ای که انسان پیری می‌میرد، زندگی‌اش پایان یافته است. اینطور نیست. زندگی بسیار وسیع‌تر از تولد و مرگ است. تولد و مرگ دو سوی زندگی نیستند؛ در طی زندگی تولد و مرگهای زیادی پیش می‌آید. زندگی خودش هیچ شروع و پایانی ندارد، زندگی و جاودانگی معادل هم هستند. اما نمی‌توانید به آسانی درک کنید که چگونه زندگی به مرگ تبدیل می‌شود؛ حتی آن را غیرممکن فرض می‌کنید.

شکل و ظاهر هر لحظه تغییر می‌کند. و مرگ چیزی نیست مگر یک تغییر، تغییری اساسی، تغییری محسوس، تغییری با سرعت بیشتر.

کودکی تا جوانی... شما زمانی را که از کودکی وارد جوانی شدید نسمی‌شناسید. از جوانی تا میانسالی... همه چیز بتدریج پیش می‌رود طوری که هرگز تشخیص نمی‌دهید که در چه تاریخی، چه روزی، چه سالی جوانی از بین رفته است. تغییرات بسیار آهسته و تدریجی هستند.

مرگ به اندازه پرشی ناچیز از یک جسم، از یک شکل به شکلی دیگر است. اما مرگ پایانی برای شما نیست. شما هرگز متولد نشده‌اید و هرگز نمی‌میرید.

همیشه همین جا هستید. اشکال مختلف می‌آیند و می‌روند و رودخانه زندگی تداوم دارد. تا



هرگز به اندازه پرشی

ناچیز از یک جسم،

از یک شکل به شکلی

دیگر است.

اما هرگز پایانی برای

شما نیست.

شما هرگز متولد نشده‌اید

و هرگز نمی‌میرید.

همیشه همین جا

هستید.

طریق هیچگاه نمی‌رسند، اما چه کار می‌توانند بکنند؟ این شخصیتها از زمان تولدشان حضور دارند: نمی‌توانند بدوند، ترجیح می‌دهند بمیرند؛ و حتی از اینکه چه اتفاقی می‌افتد، آگاه نیستند.

اما بعضی از آنها مثل دوندگان المپیک هستند، سریعاً شروع به دویدن می‌کنند. رقابت بزرگی است زیرا صدها سلول به دنبال تنها یک تخمک مادر می‌دوند... مادر مخزنی از تخمک دارد، که محدود شده و هر ماه یک تخمک رها می‌شود. این امر علت عادت ماهانه است؛ هر ماه یک تخمک رها می‌شود. پس فقط یکی از کل این توده، که شامل میلیونها سلول زنده است، بیرون می‌آید... این واقعاً مسئله فلسفی بزرگی است!

آن چیزی نیست، جز علم بیولوژی، زیرا مسئله این است که از میلیونها نفر، فقط یک نفر متولد می‌شود و آن میلیونهای دیگری که نتوانستند داخل تخمک مادر شوند، چه کسانی بودند؟

از این موضوع به عنوان یکی از دلایل و مباحث در کشور هند توسط محققین و کاشاناسان هندو، شانکاراچاریاس (Shankaracharyas) علیه کنترل موالید استفاده شده است.

هند در مباحثه و محاجه باهوش است. پاپ علیه کنترل موالید صحبت می‌کند، اما توانسته حتی یک دلیل بیاورد، حداقل طرف هندی چند استدلال به ظاهر ارزشمند اقامه کرده است. یکی از این استدلالها این است: تولید مثل را در چه حدی باید متوقف

محدود چیزهای غیرقابل باوری در دنیا وجود دارد، و یکی از آنها این است که نمی‌توانید باور کنید زندگی به‌مرگ تبدیل می‌شود. در چه نقطه‌ای دیگر زندگی نیست و مرگ پدیدار می‌شود؟ کجا این نقطه را مشخص می‌کنید؟ حتی نمی‌توانید نقطه تولد را، موقعی که زندگی شروع می‌شود، مشخص کنید: آیا آن نقطه هنگام تولد بچه است یا هنگام تشکیل نطفه؟ یا حتی قبل از لقاح، زمانیکه تخمک مادر زنده بوده، زمانی که اسپرم پدر زنده بوده - موقعی که از بین نرفته بودند، زیرا برخورد دو چیز مرده زندگی نمی‌آفریند. در چه نقطه‌ای بچه متولد می‌شود؟ علم قادر به تصمیم‌گیری نیست. هیچ راهی برای تصمیم‌گیری نیست، زیرا مادر تخمکهایش را از زمان تولدش با خود حمل می‌کند...

آنچه که باید پذیرفته شود این است که نیمی از هستی‌تان در مادرتان زنده است، حتی قبل از اینکه شما را آپستن شود و در نیم دیگرتان پدرتان نقش دارد - که آن هم باید زنده باشد. هنگامی که اسپرمها بدن پدرتان را ترک می‌کنند زنده‌اند - اما زندگی‌شان طولانی نیست، فقط ۲ ساعت زنده‌اند. تا قبل از ۲ ساعت باید با تخمکهای مادر تماس یابند. اگر تا ۲ ساعت این تماس انجام نشود، و اگر زمان را این طرف و آن طرف هدر دهند....

مشخص است که هر اسپرمی شخصیت ویژه خودش را دارد. برخی از اسپرمها شخصیتهای تنبلی دارند؛ در حالی که بقیه به دنبال تخمکها می‌دوند، آنها انگار یک پیاده روی صبحگاهی می‌کنند. به این

کرد؟ - ۲ بچه، ۳ بچه؟ آنها می‌گویند رابیندرانات تاگور (Rabindranath Tagore) سیزدهمین بچه والدینش بود؛ اگر کنترل موالید اعمال می‌شد، رابیندراناتی به وجود نمی‌آمد.

این استدلال به نظر ارزشمند می‌آید زیرا کنترل موالید به منزله جلوگیری تا حد دو بچه و حداکثر سه بچه است؛ هیچ شانس ندارد، یکی شاید بمیرد یا اتفاقی رخ دهد. می‌توانید دو بچه تولید کنید که جایگزین شما و همسران شوند، بنابراین هیچ افزایش جمعیتی رخ نخواهد داد؛ اما رابیندرانات سیزدهمین بچه والدینش بود. اگر حتی تا حد دوازده بچه توقف می‌کردند آنگاه رابیندرانات‌ها از قطار زندگی جا می‌ماندند. اکنون چه تعداد رابیندرانات از قطار جا می‌مانند؟

با یکی از شائکا زاپارایا صحبت می‌کردم. گفت: «کاملأ درست؛ به دلیل فوق می‌پذیرم که ممکن است یک رابیندرانات تاگور از دست بدهیم. اما من ترجیح می‌دهم که اینطور شود. اگر تمام مردم کشور بتوانند در صلح زندگی کنند، غذای کافی داشته باشند، لباس به اندازه کافی داشته باشند، تمام احتیاجات اولیه‌شان برآورده شود، فکر می‌کنم که این ارزش را دارد. من حاضر به از دست دادن یک رابیندرانات تاگور هستم، چیزی آنچنان زیادی نیست. باید توازن را در نظر بگیریم: میلیون‌ها نفر می‌میرند و گرسنه‌اند فقط بخاطر تولد یک رابیندرانات؟ پس منظور شما این است که تمام والدین باید تا سیزدهمین بچه ادامه بدهند؟ اما چهاردهمین چطور؟ پانزدهمین

چطور؟

این اعداد کوچک را فراموش کنید؛ در هر آمیزش، مرد میلیون‌ها اسپرم رها می‌کند - ولی با هر آمیزش بچه ایجاد نمی‌شود. میلیون‌ها نفر در هر آمیزش ناپدید می‌شوند. هیچگاه نمی‌فهمیم که چه تعداد از آنها برندگان جایزه نوبل می‌شوند، چه تعداد رئیس‌جمهور، نخست‌وزیر... هر نوع فردی می‌تواند در بین آنها وجود داشته باشد.

بنابراین محاسبه من به این شکل است: اگر مردی به طور طبیعی از ۱۴ سالگی تا ۴۲ سالگی آمیزش کند، می‌تواند تعداد اسپرمی مساوی با کل جمعیت کره زمین آزاد کند. یک مرد می‌تواند جمعیتی معادل تمام سکنه کره زمین را، که هم‌اکنون هم بیش از اندازه است، به وجود آورد - حتی جمعیتی بیش از آن. و تمام این افراد، افراد منحصر به فردی هستند، بدون هیچ وجه مشترکی جز اینکه همه انسانند.

نه، زندگی به آن شکل هم شروع نمی‌شود؛ خیلی قبل از آن شروع شده است. اما این برای شما یک فرضیه - و برای من یک تجربه است. زندگی از نقطه مرگ زندگی قبلی‌تان شروع می‌شود. هنگامی که می‌میرید، از یک سو یک فصل از زندگی - که مردم فکر می‌کنند کل زندگی‌تان بوده - بسته می‌شود. زندگی‌تان فقط یک فصل از کتابی است که فصل‌های نامتناهی دارد. فصلی بسته می‌شود، اما کتاب بسته نمی‌شود. فقط ورق بزنید و فصل دیگری آغاز می‌شود.

فرد در حال احتضار زندگی بعدی‌اش را می‌بیند. این حقیقتی

شناخته شده است، زیرا قبل از بسته شدن فصل فعلی اتفاق می افتد. خیلی بندرت فردی از لحظات آخر مرگ به این زندگی برمی گردد. برای مثال فردی در حال غرق شدن است و بطریقی نجات می یابد. تقریباً در حال اغما است؛ باید آب را خارج کنند، تنفس مصنوعی بدهند و او به نحوی نجات می یابد. او تا حد بسته شدن فصل فعلی پیش رفته بود. این گونه افراد حقایق جالبی گزارش کرده اند.

یکی از آن حقایق این است که در لحظه آخر که احساس می کردند در حال احتضار هستند، و موقعی که همه چیز تمام شده بود، کل زندگی گذشته شان از تولد تا آن لحظه، به طور سریع و در یک چشم به هم زدن از پیش چشمشان عبور کرده بود - در یک آن هر چیزی که برایشان اتفاق افتاده بود دیده بودند، چیزهایی که به یاد داشتند، و چیزهایی که هرگز بخاطر نمی آوردند؛ چیزهای زیادی که تا به حال به آنها توجه نکرده بودند و خود نیز آگاه نبوده اند که بخشی از حافظه شان را تشکیل می داده است. کل فیلم حافظه خیلی سریع و در یک چشم به هم زدن می گذرد - و این امر باید در یک آن اتفاق بیفتد زیرا انسان در حال احتضار زمانی ندارد، مثل اینکه در ۳ ساعت کل یک فیلم دیده شود.

حتی اگر کل فیلم را ببینید نمی توانید تمام داستان زندگی فرد را با جزئیات کوچک و غیر مهم مرتبط کنید. اما همه چیز از پیش چشمش می گذرد - این پدیده قطعی و خیلی مهمی است. قبل از اتمام این فصل از زندگی، تمام تجربیاتش، آرزوهای برآورده نشده، توقعات،

ناامیدی ها، محرومیتها، رنجها، لذتها، همه چیز را مجدداً بخاطر می آورد.

بودا کلمه ای برای این موضوع دارد، او آن را تنها (Tanha) می نامد. تحت اللفظی به معنی آرزوست، اما در واقع به معنی آرزوی تمام زندگی است. همه این چیزها واقع شدند - محرومیتها، خشنودیها، ناامیدیها، موفقیتها، شکستها - همه اینها پیش آمدند اما در حیطه مشخصی که آرزو نام دارد.

انسان در حال احتضار قبل از اینکه به راه دور برود باید کل وقایع را ببیند و به یاد آورد، زیرا کالبد می رود: این ذهن همراه او نمی رود، این مغز همراه او نمی رود. اما آرزویی که از این ذهن رها می شود به روحش می پیوندد و این آرزو زندگی آینده را رقم می زند. هر آنچه که برآورده نشده، باقی می ماند و انسان به طرف هدف بعدی حرکت خواهد کرد.

زندگی شما مدت ها قبل از تولدتان، قبل از باروری مادرتان، خیلی قبل، در پایان زندگی قبلی تان شروع می شود. آن پایان، شروع این زندگی است. فصلی بسته می شود، فصل دیگری باز می شود. حالا، چگونه ۹۹٪ زندگی جدیدتان به وسیله لحظه آخر مرگتان تعیین می شود. آنچه جمع آوری کرده اید، آنچه با خودتان می آورید مثل یک دانه است - دانه ای که درخت می شود، میوه می دهد، گل می دهد، یا هر چیز دیگری که برای یک دانه اتفاق می افتد. شما نمی توانید آنها را درون دانه ببینید، اما دانه همه جزئیات را دارد.

احتمالاً روزی علم می تواند تمام برنامه های درون یک دانه را بخواند - این درخت چه نوع شاخه هایی خواهد داشت، چه مدت زندگی خواهد کرد، چه چیزی برایش پیش خواهد آمد. زیرا جزئیات موجود است، اما ما زبان را نمی دانیم. هر چیزی قرار است اتفاق بیفتد هم اکنون به صورت بالقوه وجود دارد.

بنابراین آنچه که در لحظه مرگتان انجام می دهید، چگونگی تولدتان را تعیین می کند. بیشتر مردم می میرند، درحالی که به زندگی چسبیده اند. آنها نمی خواهند بمیرند و انسان می تواند بفهمد که چرا آنها نمی خواهند بمیرند. آنها فقط در لحظه مرگ متوجه این حقیقت می شوند که زندگی نکرده اند. زندگی مثل یک رویا گذشته است، و مرگ می آید. حالا دیگر زمانی



بیشتر مردم می میرند در حالی که به زندگی چسبیده اند. آنها نمی خواهند بمیرند، و انسان می تواند بفهمد که چرا آنها نمی خواهند بمیرند. آنها فقط در لحظه مرگ متوجه این حقیقت می شوند که زندگی نکرده اند.

برای زندگی نیست - مرگ در می زند. هنگامی که برای زندگی زمان وجود داشت، هزار و یک کار بی معنی و احمقانه انجام میدادید، و وقتتان را به جای زندگی کردن هدر می دادید.

من از مردی که ورق یا شطرنج بازی می کنند پرسیده ام: «شما چه کار می کنید؟»

آنها جواب می دهند: «وقت کشی.»

از زمان بچگی مخالف عبارت «وقت کشی» بوده ام. پدر بزرگم یک شطرنج باز بزرگ بود، از او می پرسیدم: «دارید پیر می شوید و هنوز وقت کشی می کنید. نمی توانید ببینید که در حقیقت زمان، شما را می کشد؟ و باز هم می گوید که وقت کشی می کنید. شما حتی نمی دانید که زمان چیست، نمی دانید کجاست. آن را بگیرید و به من نشان دهید.» همه این توصیفها که زمان با شتاب حرکت می کند، می گذرد و می رود، فقط نوعی تسلی است. در واقع این خود شما هستید که می گذرید و هر لحظه فرو می روید. و فکر می کنید که زمان می گذرد، انگار که شما ثابت می مانید و زمان حرکت می کند! زمان سر جایش قرار دارد، و آن نیست که می گذرد. ساعت های ساخت دست پسر برای اندازه گیری گذر زمانی هستند که اصلاً نمی گذرد.

در هند، اگر به پنجاب سفر کنید، هرگز کسی نمی پرسد «ساعت چند است؟» زیرا اگر ساعت دوازده باشد، کتک خواهید خورد و اگر جان سالم بدر برید یک معجزه است. این دلیل فلسفی دارد - اما

زمانی که فلسفه به دست افراد نادان می افتد، توقع این چیزها را نباید داشت.

ناناک (Nanak) مؤسس فرقه Sikhism گفته است که لحظه فراآگاهی و آگاهی حقیقی درست مثل زمانی است که دو عقربه ساعت در ساعت دوازده با هم تلاقی می کنند، جایی که دیگر دو تا نیستند. او مثالی می زند - در لحظه فراآگاهی دوگانگی شما ناپدید می شود و به یگانگی می رسید. همان قضیه در

مرگ هم اتفاق می افتد. بعد از شرح می دهد که همان اتفاق به هنگام مرگ پیش می آید: دوباره دو عقربه که جداگانه حرکت می کردند با هم تلاقی می کنند و متوقف می شوند، یکی می شوند: با هستی به یگانگی می رسید.

بسنابر این در پنجاب، ساعت دوازده علامت مرگ است. اگر از هر سردار جی (Sardarji) بپرسید: «ساعت چند است؟» و اگر تصادفاً ساعت دوازده باشد، شما را می زند، زیرا این کارتان به این



اگر هرگز بدون چسبیدن باشد، اگر هیچ آرزویی برای زندگی حتی برای یک لحظه بیشتر هم وجود نداشته باشد، با هشیاری هم میرید زیرا طبیعت نیازی ندارد شما را به حالت ناهوشیاری بربرد.

معناست که سر به سرش گذاشته اید و او را نفرین به مرگ کرده اید. در پنجاب درباره کسی با چهره سالخورده و بیچاره و مضطرب می گویند «چهره اش ظاهراً ساعت دوازده است.» من سردارهای (Sardars) دیده ام که به سرعت ساعتشان را تغییر می دهند: هنگامی که ساعت دوازده می شود سریعاً آن را پنج دقیقه جلو می برند. نمی گذارند ساعت روی دوازده بماند؛ زیرا ساعتشان به آنها حقه می زند، آنان را می آزارد. ساعت دوازده فقط بیچارگی، غم و مرگ را به یادشان می اندازد، آنها کاملاً عبارت فراآگاهی را - که ناناک واقعاً سعی در توضیح آن داشت - فراموش کرده اند.

هنگامی که شخصی می میرد - زمانی که ساعت برایش دوازده می شود - به زندگی می چسبد. تمام مدت زندگی اش فکر می کرده که زمان می گذرد؛ حالا احساس می کند که او می میرد، او گذشته است. این چسبیدن به زندگی نمی تواند کمکی بکند. خیلی بیچاره می شود و بدبختی غیر قابل تحمل می شود به گونه ای که بیشتر مردم قبل از اینکه بمیرند، به حالت اغما می روند. بنابراین از یادآوری کل زندگی شان محروم می شوند.

اگر مرگ بدون چسبیدن به زندگی باشد، اگر هیچ آرزویی برای زندگی حتی برای یک لحظه بیشتر هم وجود نداشته باشد، با هوشیاری می میرید زیرا طبیعت نیازی ندارد شما را به حالت ناهوشیاری و اغما بربرد.

هوشیار می میرید و کل گذشته را بخاطر می آورید. می توانید ببینید آنچه که انجام می داده اید خیلی احمقانه بوده است. آرزوها برآورده شده اند - چه چیزی به دست آورده اید؟ با عملی شدن آرزوهایی که برآورده نشده باقی مانده اند و رنج برده اید، چه به دست می آورید؟ بازی عجیبی است که در آن همیشه بازنده اید، چه ببرید و چه ببازید هیچ تفاوتی ندارد.

خوشی و شمعان چیزی نیست، جز امضاهایی که روی آب انجام شده و دردهای تان روی سنگ خارا حک شده اند. و همه آن دردها را به خاطر امضایی روی آب تحمل کردید. در تمام زندگی بخاطر لذتهایی کوچک رنج بردید؛ لذتهایی که هنگام قرار گرفتن در این مرحله، در این ارتفاع که مشرف به تمامی دره زندگی تان هستید و آن را به خوبی می بینید، دیگر اسباب بازیهایی بیش نیستند. موفقیتها نیز شکست بودند. شکستها مطمئناً شکست بودند، و خوشی ها فقط محرک هایی بودند برای زجر کشیدن.

تمامی خوشی تان تابع رؤیای ذهنتان است. شما با دستان خالی خواهید رفت. کل این زندگی یک دور تسلسل بوده است: در یک دایره می چرخید و می چرخید و به جایی نمی رسید زیرا با حرکت در دایره، چگونه می توان به جایی رسید؟ مرکز همیشه فاصله ای یکسان یا نقاط دایره، هر جایی که روی دایره باشید، دارد. موفقیت، شکست، خوشی و درد بود؛ خوشی و ناخوشی هر دو

وجود داشت. هر چیزی که در این دایره اتفاق افتد، اما مرکز هستی شما همیشه در فاصله ای یکسان از هر جایی می ماند. زمانی که در دایره بودید دیدن سخت بود - خیلی در دایره درگیر بودید، به گونه ای که بخشی از آن شده بودید. اما حالا ناگهان همه چیز از دستان بیرون می رود - دست خالی می مانید.

خلیل جبران (Khalil Gibran) در شاهکارش بنام پیامبر (The Prophet)، جمله ای دارد... حضرت المصطفی (AL-Mostafa) به طرف مردمی که در مزرعه کار می کردند می رود و به آنها می گوید: «کشتی من رسیده است، زمان رفتن فرا رسیده. من اینجا آمده ام فقط برای اینکه به گذشته، به همه چیزهایی که اتفاق افتاده و نیفتاده نظری بیندازم. قبل از اینکه سوار کشتی بشوم آرزو دارم ببینم که زندگی من در اینجا چگونه بود.»

جمله ای که می خواستم به شما یادآوری کنم این بود... او می گوید: «من درست شبیه رودی هستم که به اقیانوس می ریزد. رود منتظر لحظه ای است که به عقب، به زمینی که از آن گذشته - به جنگلها، کوهها، مردم - نظر بیندازد. زندگی پرکاری متشکل از هزاران مایل بوده است؛ و حالا، در یک لحظه همه ناپدید میشوند. پس درست مانند رودخانه ای که در لبه ریختن به اقیانوس نگاهی به عقب می اندازد، می خواهم به گذشته نگاه کنم.»

اما نظر افکندن به عقب فقط با نجسیدن به گذشته ممکن است.

و گر نه آنچنان برای از دست دادن گذشته می‌ترسید که دیگر زمانی برای مشاهده و نگاه کردن به آن نداشتید و زمان مثل یک لحظه و آن است. اگر انسان کاملاً هوشیار بمیرد، تمام زمینی که از آن عبور کرده با تمامی حماقت‌های آن را می‌بیند، لذا به طور خودکار هشیار، آگاه و با شهامت متولد می‌شود. این کار توسط او انجام نمی‌شود.

مردم از من می‌پرسند: «شما تیز، باهوش، با شهامت، حتی مثل یک کودک هستید؛ ولی ما حتی حالا آنقدر با شهامت نیستیم...» این بدین علت است که من در زندگی قبلی‌ام به شکلی متفاوت با شما مرده‌ام. این منجر به تفاوت زیاد می‌شود، زیرا شما به همان حالتی که می‌میرید، متولد می‌شوید. مرگتان یک روی سکه است، تولدتان روی دیگر همان سکه.

اگر در روی دیگر سکه سردرگمی، بدبختی، دلتنگی، چسبیدن به زندگی، و آرزو باشد پس در این روی سکه انتظار باهوشی، بصیرت، شهامت، پاک‌ی و آگاهی نداشته باشید. این کاملاً غیرموجه است؛ نمی‌توانید چنین توقعی داشته باشید.

برای همین است که این موضوع با اینکه خیلی ساده است اما به سختی می‌توان برای شما توضیح داد، زیرا من از ابتدا در این زندگی هیچ کاری برای با شهامت بودن یا تیز و هوشیار بودن انجام نداده‌ام. و هیچگاه به شهامت یا تیزی و هوشیاری فکر نکرده‌ام.

فقط بعدها بود که بتدریج متوجه شدم مردم چقدر احسم

هستند. بیشتر به با شهامت بودم آگاه نبودم، فکر می‌کردم که همه باید به یک شکل باشند. بعدها معلوم شد که انسانها مشابه نیستند.

همانطور که رشد کردم، کم‌کم نسبت به زندگی گذشته‌ام و مرگم آگاه شدم، و به یاد آوردم که چقدر راحت مرده بودم - نه فقط به راحتی بلکه مشتاقانه. علاقه من بیشتر به شناختن ناشناخته‌هایی که پیش رویم قرار داشت بود تا به شناختن چیزهایی که دیده بودم. هیچگاه نظری به عقب نینداختم. و این تمام مسیر زندگی‌ام بوده - بدون نگاهی به گذشته. هیچ نکته‌ای وجود ندارد. نمی‌توانید به عقب برگردید، پس چرا وقت تلف می‌کنید؟ من همیشه به جلو نگاه می‌کنم. حتی در هنگام مرگ به جلو نگاه می‌کنم - و این چیزی است که مرا روشن کرد که ترمزهایی که مردم دیگر را از انجام دادن کارها باز می‌دارد، از دست داده‌ام.

آن ترمزها را ترس‌هایان از ناشناخته‌ها به وجود آورده‌اند. به گذشته می‌چسبید و از حرکت به درون ناشناخته‌ها می‌ترسید. به شناخته شده‌ها و چیزهای آشنا می‌چسبید. ممکن است ترس آور و زشت باشد، اما حداقل آن را می‌شناسید. نوعی ارتباط دوستانه را با آن گسترش داده‌اید.

متعجب می‌شوید. اما این تجربه‌ام از هزاران نفر است: آنها به بدبختی‌شان می‌چسبند به این دلیل ساده که نوعی ارتباط دوستانه با بدبختی بوجود آورده‌اند. آنقدر طولانی مدت با آن به سر برده‌اند که حالا ترک آن به منزله یک جدایی و طلاق است.

شرایط ازدواج و طلاق هم به همان شکل است. مرد حداقل دوازده بار در روز به طلاق می‌اندیشد؛ زن نیز این گونه فکر می‌کند. اما به نوعی هر دو به کارها سر و شکلی می‌دهند، با هم زندگی می‌کنند به این علت ساده که هر دو از ناشناخته‌ها می‌ترسند. این مرد بدی است،

بسیار خوب، اما مرد بعدی چطور؟
— شاید او بدتر از آب در آید.
حداقل به بدی و دوست داشتنی بودن وی در این مدت خود کرده‌اید و می‌توانید تحملش کنید. او را تحمل کرده‌اید و پوست کلفت نیز شده‌اید. با مرد جدید، هرگز نمی‌دانید؛ آیا مجبور خواهید شد تا دوباره از صفر و از ابتدای کار شروع کنید. بنابراین مردم همچنان به شناخته‌ها می‌چسبند.

افراد راه هنگام مرگ مشاهده کنید. رنجشان از مرگ نیست. مرگ با خودش دردی ندارد، کاملاً بدون درد است. واقعاً مطبوع است؛ مثل یک خواب عمیق است. آیا فکر



لین تجربه‌ام از هزاران نفر

لست: آنها به

بدبختی‌شان می‌چسبند به

لین دلیل ساده که نوعی

ارتباط دوستانه با بدبختی

به وجود آورده‌اند. آنقدر

طولانی مدتی به آن به سر

برده‌اند که حالا ترک آن

به منزله یک جدایی و

طلاق لست.

می‌کنید که خواب عمیق می‌تواند دردناک باشد؟ آنان نگران مرگ، خوابی عمیق و یا لذت نیستند؛ آنها از اینکه شناخته‌ها از دسترسشان دور شود، ناراحتند. ترس فقط یک معنا دارد: از دست دادن شناخته‌ها و ورود به ناشناخته‌ها.

شهامت نقطه مقابل ترس است.

همیشه آماده کنار گذاشتن شناخته‌ها باشید — بیشتر از آنکه مایل باشید آنها را کنار بگذارید — حتی منتظر نباشید تا زمانش برسد. فقط به سمت چیزهای جدید جهش کنید. ... نبودنش، تازگی‌اش، خیلی وسوسه‌کننده است. آنگاه شهامت وجود خواهد داشت. ترس از مرگ قطعاً بزرگترین و مخربترین چیز برای شهامت است.

بنابراین فقط یک پیشنهاد دارم. الان دیگر نمی‌توانید به مرگ قبلی‌تان برگردید، اما می‌توانید کاری را شروع کنید: همیشه آماده حرکت از شناخته‌ها به ناشناخته‌ها باشید، در هر چیز، و در هر تجربه‌ای.

حتی اگر ناشناخته بدتر از شناخته از کار درآمد — مسئله‌ای نیست و ای بسا که بهتر است. فقط تغییرتان از شناخته‌ها به ناشناخته‌ها، آمادگی‌تان برای حرکت از شناخته‌ها به سوی ناشناخته‌ها مهم و بی‌اندازه ارزشمند است. و در تمام تجربیات خود این کار را انجام دهید. این کار شما را برای مرگ آماده می‌کند، زیرا هنگام مرگ نمی‌توانید یکباره تصمیم بگیرید «من مرگ را انتخاب می‌کنم و زندگی

را رها می‌کنم.» چنین تصمیماتی ناگهانی گرفته نمی‌شوند. باید گام به گام بروید، آماده شوید، در لحظه زندگی کنید. و هر چه با زیبایی ناشناخته‌ها بیشتر آشنا می‌شوید، کیفیت جدیدی درونتان خلق می‌شود. آن همیشه در درونتان وجود داشته ولی فقط تا بحال از آن استفاده نشده است. قبل از پیش آمدن مرگ، از شناخته‌ها به ناشناخته‌ها حرکت کنید. همیشه به یاد داشته باشید که چیزهای جدید بهتر از کهنه‌ها و چیزهای قدیمی هستند.

می‌گویند همه چیزهای قدیمی طلا نیستند. می‌گویم، حتی اگر همه آن چیزهای قدیمی طلا باشند، باز هم فراموششان کنید. جدید را انتخاب کنید - طلا باشد یا نباشد، مهم نیست. انتخاباتان مهم است: انتخاباتان برای یادگیری، انتخاباتان برای تجربه کسب کردن، انتخاباتان برای رفتن به تاریکی. کم‌کم شهامتان وارد عمل می‌شود. و تیزهوشی چیزی جدا از شهامت نیست، تقریباً یک کل واحد هستند.



حتی اگر همه آن چیزهای قدیمی طلا باشند، باز هم فراموششان کنید. جدید را انتخاب کنید - طلا باشد یا نباشد، مهم نیست.

به دنبال ترس، جبن پیش می‌آید و بدتر از آن کندی ذهن است که به طور قطع پیش می‌آید. همه با هم هستند و همدیگر را حمایت می‌کنند. با شهامت، تیزی، هوشیاری، باز بودن، بی تعصبی ذهن و ظرفیت یادگیری پیش می‌آید - آنها همه با هم پیش می‌آیند.



همیشه بخاطر داشته باشید، هر زمانی که انتخاب پیش آید، ناشناخته، مخاطره آمیز، خطرناکه، و نابین را انتخاب کنید، و ضرر نخواهید کرد.

با یک تمرین ساده شروع کنید: همیشه به یاد داشته باشید، هر زمانی که انتخابی پیش آمد، ناشناخته، مخاطره آمیز، خطرناک و نابین را انتخاب کنید و ضرر نخواهید کرد.

و تنها در این صورت... این بار مرگ تبدیل به تجربه‌ای آشکار و فوق العاده می‌شود و پیشی در

مورد تولد جدیدتان به شما می‌دهد - نه تنها یک پیشی بلکه یک انتخاب قطعی. با آگاهی می‌توانید مادری معین، پدری معین انتخاب کنید. به طور معمول همه چیز ناخود آگاه است، فقط تصادفی است. اما انسانی که با هشیاری می‌میرد، با هشیاری نیز متولد می‌شود.

در جستجوی بی‌ترسی



روشهای مراقبه و پاسخ به سوالات

هرکس می‌ترسد - این لازمه زندگی است. زندگی چنان است که انسان را از ترس گریزی نیست و انسانهایی که ترس می‌شوند، ترسی آنها به دلیل شجاع شدنشان نیست - زیرا انسان شجاع تنها ترسهایش را سرکوب کرده است، و حقیقتاً ترس نیست. انسان با پذیرفتن ترسهایش، ترس می‌شود. این امر شجاعت نیست. در واقع فقط دیدن حقایق زندگی و پی‌بردن به این موضوع است که این ترسها طبیعی هستند، و باید آنها را پذیرفت.

آیا ترس و گناه یکی است؟

ترس و گناه یکی نیستند. ترسی که پذیرفته شود تبدیل به آزادی می‌شود و ترس انکار شده، پس زده شده و محکوم شده، تبدیل به گناه می‌شود. اگر ترس را به عنوان بخشی از وضعیت خود بپذیرید... انسان یک جزء است: جزئی کاملاً ناچیز و خرد، و کل بسیار گسترده و وسیع است: او همچون قطره‌ای است، قطره‌ای بسیار کوچک

من نمی‌خواهم هیچ باوری به شما بدهم، بنابراین هر آنچه که سیستم باور را در ذهنتان ایجاد کند، قطع می‌کنم. مرا دوست دارید، به من اعتماد می‌کنید، پس شاید به آنچه که به شما می‌گویم اعتماد کنید. اما دوباره تأکید می‌کنم، چیزی که براساس تجربه شما نیست، فقط به عنوان فرض بپذیرید. آن را باور خود نسازید. اگر گاهی مثالی می‌زنم، فقط محض ضرورت است - زیرا مردم می‌پرسند: چگونه در زمان بی‌چگلی‌ات آنقدر با شهامت و تیز بودی؟

شهامت سراغ شما نیز خواهد آمد.

با یک فرمول ساده شروع کنید: هرگز ناشناخته را از دست ندهید. همیشه ناشناخته را انتخاب کنید و بدون فکر جلو بروید. حتی اگر رنج ببرید، ارزشش را دارد - آنوقت همواره رشد یافته‌تر، بالغ‌تر، و هوشمندتر خواهید بود.

هر آنچه سرکوب شود موجب بروز گناه می‌گردد. هر آنچه اجازه حضور نیابد گناه را می‌آفریند. هر آنچه مخالف طبیعت و فطرت باشد، گناه را پدید می‌آورد. در این لحظه احساس می‌کنید که به خودتان و به دیگران دروغ گفته‌اید. این عدم صداقت، گناه است. می‌پرسید: «آیا ترس و گناه همانند یکدیگرند؟» چنین نیست.

می‌توان ترس را گناه به حساب آورد، ولی ممکن است اینطور هم نباشد. این بستگی کامل به چگونگی برخورد شما با ترس دارد. اگر برخورد نادرستی با آن انجام دهید، تبدیل به گناه می‌شود. ولی اگر به سادگی آن را بپذیرید و کاری به آن نداشته باشید - زیرا نمی‌توان کاری کرد - به آزادی و ترسری تبدیل می‌گردد.

به خودتان نگویید که پلید یا گناهکارید. خودتان را محکوم نکنید. هر آنچه که هستید، خود شما باشید. خود را گناهکار ندانید، و احساس گناه نکنید. حتی اگر هم کاری به خطا رود، این شما نیستید که خطا کرده‌اید. ممکن است کاری را اشتباه انجام داده باشید، ولی وجودتان به‌خاطر آن اشتباه خطا کار نیست. برخی از اعمال ممکن است اشتباه باشند، اما وجود همیشه برحق است.

من متوجه این مسئله در خودم شده‌ام که همیشه سعی می‌کنم دیگران را به این که فردی مهم و قدرتمند هستم، متقاعد کنم، در مورد دلایل آن تعمق کرده‌ام، و فکر می‌کنم دلیلش ترس باشد. منیت همیشه از ترس نشأت می‌گیرد. فردی که حقیقتاً ترس

وکل به مانند تمامی اقیانوسهاست.

انسان می‌ترسد و به خود می‌لرزد: «ممکن است در این کل گم شوم؛ ممکن است هویتم مفقود شود.» این ترس از مرگ است. تمام ترسها، ترس از مرگند. و ترس از مرگ، ترس از فنا شدن و نابودی است. طبیعی است که انسان بترسد و بر خود بلرزد. اگر این مسئله را بپذیرید، اگر بگویید که این هم جزئی از زندگی است، اگر آن را به طور کامل قبول کنید، ناگهان ترس و لرزتان متوقف می‌شود، و ترس - همان نیرویی که به صورت ترس بروز کرده - رها شده و به صورت آزادی درمی‌آید. آنگاه درمی‌یابید که حتی اگر بسان قطره‌ای در اقیانوس ناپدید شوید، هیچگاه از بین نمی‌روید و در حقیقت تبدیل به کل اقیانوس می‌شوید. سپس مرگ آرامشی می‌شود ناشی از وحدت با روح جهان هستی (Nirvana). آنگاه دیگر از نابود شدنتان نمی‌ترسید. در این هنگام به این گفته مسیح می‌رسید که: «وقتی زندگیتان را حفظ می‌کنید آن را می‌بازید، و اگر از دست بدهید حفظش خواهید کرد.»

تنها راه برای فراتر رفتن از مرگ، پذیرفتن آن است. آنگاه مرگ ناپدید می‌شود. و تنها راه ترسری پذیرفتن ترس است. آنگاه انرژی آن رها شده و تبدیل به آزادی می‌شود. اما اگر ترس را محکوم کرده و یا سرکوبش نمایید، اگر این حقیقت را که می‌ترسید پنهان سازید - اگر به دور خود حفاظی ساخته و خود را در آن محافظت کنید و حالت تدافعی بگیرید - آنگاه گناه پدید می‌آید.

شکست دادن است، نه دشمن خیالی که اصلاً وجود خارجی ندارد. آن تنها یک ظاهر است. درست مانند این که زخمی داشته باشید که ظاهری زشت دارد و آن را تزئین نمائید.

زمانی که در خانه هنرمندان اقامت داشتم، مسئول آنجا از افراد زیادی دعوت کرده بود که آنجا آمده و مرا ببینند. هنرپیشه زنی در آنجا حضور داشت که ساعتی زیبا با بندی زیبا و بسیار بزرگ در دست داشت. شخصی که کنار او نشسته بود در مورد ساعت وی سئوالاتی کرد و دختر کمی ناراحت شد. من تنها داشتم نظاره می کردم. آن مرد می خواست ساعت را ببیند - و دختر راغب نبود ساعت را در بیاورد. اما در آخر بر اثر پافشاری مرد، دختر ساعتش را درآورد. آنگاه متوجه شدم که مشکل چه بوده است. دختر لکه بزرگ سفیدی به مانند لکه جذامیان بر دست داشت. او آن لکه جذام را درست زیر بند بزرگ ساعت زیبایش پنهان کرده بود. حالا راز دختر افشا شده بود - لذا شروع کرد به عرق ریختن و خیلی مضطرب و ناراحت شد... منیت نیز درست مانند آن است. ترس وجود دارد ولی هیچکس نمی خواهد ترس خود را نشان دهد، زیرا هنگامی که نشان بدهید که می ترسید، آدمهایی در اطراف شما هستند که شما را بیشتر می ترسانند. وقتی آنها متوجه شوند خیلی می ترسید، به شدت به شما ضربه می زنند. آنها از تحقیر کردنتان لذت می برند، همین که بفهمند شخصی وجود دارد که از آنها ضعیف تر است برایشان خوشایند است، و از بهره گیری و سرکوفت زدن

است هیچگونه منیتی ندارد. منیت در انسان یک حفاظ است، یک سپر. چون می ترسید، بنابراین در اطراف خود تصویری به وجود می آورید که چنین و چنان یا فلان و بهمان هستید. تا کسی جرأت نکند به شما صدمه ای بزند؛ در حالی که در اصل این همان ترس است. خوب! حالا درست و عمیق نگریسته اید. وقتی متوجه دلیل اصلی می شوید، آنوقت مسائل بسیار ساده می شوند. مردم به مبارزه با نفس می پردازند - در حالی که نفس مشکل واقعی نیست. در واقع شما با علایم بیماری می جنگید، نه با خود بیماری. بیماری حقیقی، ترس است. می توانید به مبارزه با نفس ادامه دهید ولی در نهایت هدف را از دست خواهید داد زیرا نفس دشمن واقعی نیست، کاذب است. حتی در صورتی که در این مبارزه بمرند شوید، چیزی را نبرده اید. در واقع بردنی در کار نیست - زیرا تنها دشمن واقعی قابل



تنها راه برای فراتر رفتن از

هرگز، پذیرفتن آن است.

آنگاه هرگز ناپدید

می شود. و تنها راه برای

ترس پذیرفتن ترس

است. آنگاه انرژی آن رها

شده و تبدیل به آزادی

می شود.

به این افراد لذت می‌برند...

بنابراین تمامی انسانهایی که می‌ترسند، در اعماق درونشان «منی» می‌سازند که ترسشان را در بر بگیرد و مدام پاد پادکنک نفس را زیاد می‌کنند. آدلف هیتلر، ایدی امین حاکم سابق اوگاندا - چنین افرادی - مصداق چنین حالتی هستند، خیلی پف کرده! آنگاه شروع به ترساندن دیگران می‌کنند. هر انسانی که سعی در ترساندن دیگران دارد، به خوبی می‌داند که در اعماق درونش بسیار می‌ترسد و گرنه چرا این کار را می‌کند؟ مقصودش از این عمل چیست؟ چه کسی به غیر از یک انسان ترسو به خودش زحمت ترساندن دیگران را می‌دهد؟ انسانهایی که سراسر وجودشان را ترس فرا گرفته است دیگران را می‌ترسانند تا خودشان در راحتی بیاسایند. آنها خوب می‌دانند که در این حالت شما کاری به کار آنها نخواهید داشت، و از حد و مرزشان تجاوز نخواهید کرد.

حالا خوب به نظر می‌آید - و این دقیقاً مد نظر من است. پس با نفس خود مبارزه نکنید. در عوض، ترستان را ببینید و سعی کنید که آن را بپذیرید. این امری طبیعی است، و بخشی از زندگی است. هیچگونه نیازی برای پوشاندن آن وجود ندارد؛ احتیاجی به تظاهر نیز ندارید. ترس وجود دارد - تمامی انسانها مملو از ترس هستند. این جزئی از بشریت است. آن را بپذیرید، و زمانی که این پذیرش صورت گرفت، «من» ناپدید می‌شود، زیرا دیگر دلیلی برای حضورش وجود

ندارد. جنگیدن با نفس کمکی نخواهد کرد؛ پذیرش ترس سریعاً به شما

کمک می‌کند. آنگاه می‌فهمید که ما

در این جهان پهناور ذره‌ای بسیار

کوچکیم - چگونه امکان دارد که

نترسیم؟ وقتی زندگی با مرگ

احاطه شده است - چگونه امکان

دارد که ترسیم؟ اینکه هر لحظه

ممکن است از این جهان پر بشیم

- فقط یک مورد کوچک اشتباه

شود و ما دیگر نباشیم - بنابراین

چگونه امکان دارد که ترسیم؟ ولی

وقتی ترس را بپذیرفتیم، تدریجاً

ترس ناپدید می‌شود زیرا دیگر

دلیلی برای ترس نیست. آن را

می‌پذیرید، آن را به مانند یک امر

مسلّم و بدیهی قبول می‌کنید - و

این همان است که باید باشد!

پس برای پنهان نمودن آن

چیزی در مقابلش ایجاد نکنید.

هنگامی که علیه آن چیزی ایجاد نکنید، به سادگی فروکش می‌کند.

۵۵۹

انسانهایی که سراسر

وجودشان را ترس فرا

گرفته است، دیگران را

می‌ترسانند تا خودشان در

راحتی بیاسایند. آنها

خوبه می‌دانند که در این

حالت، کاری

به کار آنها نخواهید داشت

و از حد و مرزشان تجاوز

نخواهید کرد.

بشریت را دوست داشت. مشکل اساسی هنگامی روی می دهد که شما با فردی واقعی مواجه می شوید. رویارو شدن با یک فرد حقیقی مستلزم پشت سر گذاشتن تغییراتی بزرگ و مبارزه ای عظیم است.

او هیچگاه حاضر نیست که برده شما شود و شما هم حاضر نیستید که برده او شوید. اینجاست که مشکلات واقعی پدید می آید. اگر شما یا او بخواهید برده دیگری شوید، مشکلی وجود ندارد. مشکل اینجاست که هیچکس نمی خواهد نقش برده را بازی کند - و هیچکس نمی تواند یک برده باشد. همه افراد آزاد هستند... محتوای کل هستی آزادی است. انسان آزاد است.

پس به یاد داشته باشید، که مشکل واقعی است، نمی توان برای شما به صورت شخصی کاری انجام داد. مسئله این است که باید در

رابطه با کل پدیده عشق کاری انجام داد. لذا آن را یک مشکل شخصی تلقی نکنید، در غیر این صورت دچار مشکل خواهید شد. همه به ناچار



خیلی ساده است که به عشق فکر کنیم. ولی عشق ورزیدن بسیار مشکل است. بسیار آسان است که تمام جهان را دوست داشته. مشکل واقعی، عشق ورزیدن به یک انسان حقیقی است.

نمی گویم که با هیچگونه ترسی مواجه نمی شوید - ترس همیشه هست، اما دیگر نخواهید ترسید. آیا متوجه حرفهایم می شوید؟ ترسیدن یعنی اینکه در مقابل ترس قرار گرفته اید - نمی خواهید که ترس وجود داشته باشد، ولی وجود دارد.

وقتی آن را پذیرفتید... درست مانند این که درختان سبزند، انسانها نیز مملو از ترس هستند. آنگاه چه باید کرد؟ درختان پنهان نشده اند. همه انسانها دستخوش مرگ قرار می گیرند. ترس سایه مرگ است. آن را بپذیرید!

زمانی که تنها هستم احساس می کنم که می توانم رها باشم و به مردم عشق بورزم، اما به محض اینکه در جمع قرار می گیرم پرده کنار می رود.

دوست داشتن انسانهای حقیقی کار مشکلی است، زیرا شخص حقیقی، توقعاتتان را برآورده نمی کند. دلیلی نیز برای این کار وجود ندارد. هیچکس به دنیا نیامده تا انتظارات دیگری را برآورده کند؛ هرکس باید زندگی خودش را داشته باشد. لذا موقعی که آن فرد حرکتی انجام دهد که برخلاف میلان است و یا هماهنگ با شما و احساسات و عواطفتان نیست، مشکل ایجاد می شود.

به عشق فکر کردن بسیار ساده است. اما عشق ورزیدن بسیار مشکل. بسیار آسان است که تمامی جهان را دوست داشت. مشکل واقعی، عشق ورزیدن به یک انسان حقیقی است. ساده است که خدا و

مجبورند کمابیش با این مشکل روبرو شوند. من تا کنون به انسانی برنخورده‌ام که در عشق مشکلی نداشته باشد. در این دنیای پهناور عشق، همیشه چیزی در رابطه با عشق وجود دارد.

روابط گسترده وضعیتی ایجاد می‌کند که در آن مشکلات پدیدار می‌شوند، و گذشتن از این مشکلات خیلی خوب است. در شرق انسانها به محض مواجهه با مشکل فرار کرده‌اند. آنها عشقشان را انکار کرده و آن را رد کرده‌اند. عاری از عشق شدند و آن را عدم تعلق نامیدند. بتدریج بی‌حس شدند. و این بود که عشق در شرق تقریباً از بین رفت و تنها مراقبه باقی ماند.

مراقبه یعنی اینکه شما در تنهایی خود، احساس خوبی داشته باشید. مراقبه یعنی اینکه فقط با خودتان ارتباط دارید. دایره‌تان فقط با خودتان کامل می‌شود؛ و از آن خارج نمی‌شوید. البته نود و نه درصد مشکلاتتان حل شده - اما به قیمتی بسیار گزاف. البته حالا دردسر کمتری دارید. انسانهای شرقی اضطراب و تشویش کمتری دارند، آنها در غار درون خود، محفوظ و با چشمان بسته زندگی می‌کنند. به انرژی خود اجازه حرکت نمی‌دهند. یک اتصال کوچک، یک تحرک انرژی بسیار کوچکی در درون خویش به وجود می‌آورند و از آن راضی هستند. اما شادیشان کمی بیجان است. شادی آنها یک شادمانی، یک ضعف و لذت واقعی نیست.

در نهایت می‌توان گفت که این حالت، حالت ناراحتی نیست.

نهایتاً می‌توان کمی منفی‌بانی در مورد آن نمود. مانند اینکه شما بگوئید انسان سالمی هستید زیرا هیچگونه بیماری ندارید. اما این سلامت به معنای واقعی نیست. سلامتی جنبه‌های مثبتی دارد، درخشش ذاتی دارد - فقط نداشتن بیماری معنی سلامتی نمی‌دهد. در این صورت یک جسم مرده نیز سالم است زیرا هیچگونه بیماری ندارد. پس در شرق ما سعی کرده‌ایم تا بدون عشق زندگی کنیم، از دنیا چشم‌پوشیم - یعنی از عشق صرفنظر کنیم - از زن، از مرد، و از تمامی امکاناتی که حاصل عشق است صرفنظر کنیم. تارک دنیا‌های جین (Jain)، هندو و بودایی، هیچکدام مجاز به صحبت با هیچ زنی هنگامی که تنها هستند نمی‌باشند، اجازه ندارند که زنی را لمس کنند، حتی اجازه نگاه رو در رو به زنان را نیز ندارند. هنگامی که زنی از آنها سؤالی کند باید نگاهشان پایین باشد. باید به نوک بینی‌شان نگاه کنند تا حتی از روی اشتباه نیز چشمشان به زنان نیفتد. برای اینکه چه کسی می‌داند، شاید جرقه‌ای زده شود... و انسان در دستان عشق تقریباً بی‌دفاع است. آنها در خانه دیگران نمی‌مانند و در هیچ مکانی به مدت طولانی توقف نمی‌کنند زیرا در این حالت تعلق خاطر و عشق امکان‌پذیر می‌گردد. بنابراین به حرکت و سرگردانی ادامه می‌دهند و از هرگونه ارتباطی جلوگیری می‌کنند. آنها به درجه خاصی از سکون و آرامش نائل شده‌اند. انسانهایی هستند که ناراحتیهای روانی نداشته و با مسائل دنیا آشفته و پریشان نشده‌اند، اما خوشحال هم نیستند و جشن

نمی‌گیرند.

در غرب کاملاً برعکس است. انسانها سعی کرده‌اند تا به وسیله عشق شاد و خوشحال شوند، و مشکلات بسیاری هم ایجاد کرده‌اند. تمامی ارتباطشان را با خود از دست داده‌اند. آنچنان از خودشان دور شده‌اند که نمی‌دانند چگونه بازگردند. نمی‌دانند راه کجاست، منزل کجاست. بنابراین احساس بی‌خانمانی و بیهودگی می‌کنند، لذا به روابط عشقی بیشتر با این زن، با آن مرد - گرایش به جنس مخالف، همجنس‌گرایی و خود ارضایی می‌پردازند. تمامی راهها را امتحان می‌کنند و دوباره احساس پوچی و خلأ می‌کنند، زیرا عشق به تنهایی شادی می‌بخشد ولی در آن سکوت و آرامش نخواهد بود. و هنگامی که شادی باشد و سکوتی نباشد، باز چیزی کم است.

وقتی بدون وجود سکوت خوشحال هستید شادی‌تان مانند یک تب، یک هیجان است... جنجال برای هیچ. این حالت تب آلود تنش بیشتری برایتان به وجود می‌آورد و چیزی بجز تعقیب و گریز بجا نمی‌گذارد. روزی انسان متوجه می‌شود که تمامی تلاشهایش اساساً بی‌ثمر بوده است زیرا همیشه در تلاش بوده که دیگری را پیدا کند، در حالی که هنوز خودش را نیافته است.

هر دو راه ناموفق بوده است. شرق ناموفق بوده زیرا مراقبه‌ای بدون عشق داشته است، و غرب شکست خورده زیرا عشقی بدون مراقبه داشته است. تمامی سعی من بر این است که تلفیقی از این دو را

بدهم، کل - یعنی مراقبه بعلاوه عشق. فرد می‌تواند هم به تنهایی و هم در کنار دیگران احساس شادی کند. می‌تواند هم در درون خویش و هم در رابطه‌اش با دیگران شاد باشد. می‌تواند خانه‌ای زیبا هم در درون و هم در بیرون بسازد. شاید شما باغچه‌ای زیبا در اطراف خانه و اتاق خوابی زیبا درون خانه داشته باشید. داشتن باغچه منافاتی با اتاق خواب ندارد؛ و اتاق خواب نیز منافاتی با باغچه ندارد.



مراقبه می‌تواند پناهگاهی

داخلی، و زیارتگاهی

درونی باشد. وقتی

احساس می‌کنید دنیا

خیلی سخته می‌گذرد،

می‌توانید به سرای

عبادتگاه درونی‌تان

بروید

بسنابراین مراقبه می‌تواند پناهگاهی داخلی، و زیارتگاهی درونی باشد. وقتی احساس می‌کنید دنیا خیلی سخت می‌گذرد، می‌توانید به سرای عبادتگاه درونی‌تان بروید. می‌توانید در عمق وجودتان جستجو کنید. می‌توانید خودتان را احیا کنید. می‌توانید از نو زنده شوید؛ دوباره زنده، جوان، شاداب، تازه... زندگی کنید، هستی بیابید. اما در عین حال باید قادر

باشید که به مردم عشق بورزید و با مشکلات مقابله کنید، زیرا سکوتی

داشت. آنگاه هر اندازه هم راننده اتوبوس با یوق به شما اخطار دهد، باز وسط جاده می ایستید، بدون هیچ ترسی. یا اگر یک گاو وحشی به شما حمله کند بدون اینکه ترسید، سر جای خود می ایستید. در این صورت انسان ابلهی هستید، فرد عاقل خودش را کنار می کشد.

اگر عادت کنید همه جا دنبال مار در میان بوته ها بگردید، آنوقت مشکل دارید. اگر هیچ کس در جاده نباشد، و یا این حال برترسید و شروع کنید به فرار کردن، مشکل دارید، در هر حال ترس طبیعی است.

پس وقتی که می گویم از ترس رهایی می یابید، منظورم این نیست که در زندگی ترسی وجود ندارد. به این نتیجه خواهید رسید که نود درصد ترسها یثان فقط تصوراتتان هستند. ده درصدشان واقعی اند که باید پذیرفته شوند. من مردم را شجاع نمی کنم بلکه آنها را

حساستر، هوشیارتر، مسئول تر می کنم، و هوشیاری آنها کافی است.



انسان با پذیرفتن

ترسهایش ترس می شود.

این لهر شجاعانه

نیسه - در واقع

فقط دیدن حقایق زندگی

لسه و پی بردن به این

موضوع که این ترسها

طبیعی اند.

که ناتوان است و یارای مقابله با مشکلات را ندارد چیزی بیش از یک خاموشی نبوده، و زیاد ارزشی ندارد.

فقط سکوتی که از پس مشکلات برآمده و خاموش نیز باقی بماند ارزش تداوم داشته و مطلوب است.

دو مطلب را مایلم بگویم: نخست شروع به مراقبه کنید، زیرا همیشه بهتر است از نزد یکنترین مرکز وجودتان آغاز کنید، و آن مراقبه است. اما هیچگاه گرفتارش نشوید. مراقبه باید جاری باشد، شکوفا باشد، باز بوده و تبدیل به عشق شود.

نگران نباشید، آن را برای خودتان مشکل نکنید - این یک مسئله طبیعی است. همه می ترسند - این لازمه زندگی است. زندگی به گونه ای است که انسانها ناگزیر از ترسیدن هستند. انسانهایی که ترس می شوند، ترس شدنشان به دلیل شجاع بودنشان نیست - زیرا انسان شجاع تنها ترسهایش را سرکوب کرده، و حقیقتاً ترس نیست. انسان با پذیرفتن ترسهایش ترس می شود. این امر شجاعت نیست - در واقع فقط دیدن حقایق زندگی است و پی بردن به این موضوع که این ترسها طبیعی اند، و باید آنها را پذیرفت.

مشکل هنگامی به وجود می آید که نخواهید آن را بپذیرید. به شما یک سری آرمانهای خودخواهانه یاد داده شده است: «شجاع بودن» - چه بی معنی! احمقانه است! چگونه یک انسان عاقل از ترسهایش جلوگیری می کند؟ اگر ابله باشید هیچگونه ترسی نخواهید

چهره‌ای زیبا ندارید، تنها ماسکی زیبا این کار را انجام خواهد داد؛ و این ماسک بسیار ارزان است. تغییر دادن چهره کاری است دشوار و پر زحمت، ولی رنگ کردن آن کار ساده‌ای است.

حالا ناگهان آشکار شدن چهره واقعی‌تان، عمق وجودتان را به لرزه می‌اندازد. دلهره به سراغتان می‌آید. آیا مردم این را دوست خواهند داشت؟ آیا شما را می‌پذیرند؟ آیا همچنان دوستان دارند و به شما احترام می‌گذارند؟ چه کس می‌داند؟ زیرا آنها ماسکتان را دوست داشته‌اند، به شخصیتتان احترام گذاشته‌اند، لباستان را تحسین کرده‌اند. اکنون ترس ظاهر می‌شود: «اگر یکباره عریان شوم، آیا دوستم می‌دارند، به من احترام می‌گذارند، تحسین می‌کنند، یا همگی از من فرار می‌کنند؟ شاید از من روی برگردانند، شاید مرا تنها بگذارند.»

از این‌روست که مردم تظاهر می‌کنند. مخفی کردن ترس تنها یک تظاهر است، که منجر به دروغ و تزویر می‌شود. انسان برای درست بودن باید تنرس باشد.

یکی از قوانین بنیادی زندگی این است: هر آنچه را پنهان سازید رشد خواهد کرد، و هر آنچه را آشکار سازید، اگر نادرست باشد ناپدید می‌شود، در مقابل خورشید بخار می‌گردد، و اگر درست و برحق باشد قوت می‌یابد. وقتی چیزی را پنهان می‌سازید دقیقاً برعکس آن انجام می‌شود. حق به دلیل تغذیه نشدن می‌میرد؛ حق به باد، باران و

آنها آگاه می‌شوند که حتی از ترسهایشان می‌توانند به عنوان سکویی برای پیشرفت کردن استفاده کنند.

چرا من همچنان از آشکار کردن خود می‌ترسم؟

چه کسی نمی‌ترسد؟ نمایش خوشتن ترس عظیمی می‌آفریند. این طبیعی است، زیرا با آشکار کردن خود همه فکرهای بیخودی که در مغزتان دارید فاش می‌گردد. تمامی زباله‌هایی که قرنهای زیادی رویهم انباشته شده‌اند، آشکار می‌شوند. آشکار کردن خود به معنی برملا کردن همه ضعفها، محدودیتها و اشتباهات است. در نهایت، آشکار نمودن خود به معنای عیان کردن آسیب‌پذیری خود است. آشکار کردن خود به معنی آشکار نمودن تو خالی بودن خوشتن است.

در پس تمامی چرندیات و مشغولیات ذهنی، بعد دیگری وجود دارد که بی‌محتوایی محض است. انسان بدون خدا تو خالی است. بدون خدا انسان هیچ و بی‌محتوی است. یکی سعی می‌کند این برهنگی، پوچی و زشتی را پنهان سازد، دیگری آن را با گل‌های زیبا می‌پوشاند. یکی آن پوششها را تزئین می‌کند و یکی دیگر وانمود می‌کند که حداقل برای خود فرد مهمی است. و این مسئله تنها برای شما پیش نمی‌آید؛ مسئله‌ای است که عمومیت دارد، و در مورد هر فردی مصداق دارد.

هیچ کس نمی‌تواند مانند کتاب خودش را باز کند. ترس شما را در بر می‌گیرد: «مردم در مورد من چه فکری می‌کنند؟» از زمان کودکی آموزش دیده‌اید که ماسک به چهره بزنید؛ ماسکی زیبا. نیاز به داشتن

خورشید نیاز دارد. نیاز دارد که تمام طبیعت در خدمتش باشد. درستی و حق تنها با حقیقت رشد می‌یابد و با حقیقت تغذیه می‌شود. اگر آن را تغذیه نکنید لاغر و لاغرتر می‌شود. انسانها به حقایق گرسنگی می‌دهند ولی غیر حقیقی‌ها را فربه می‌سازند.

ظاهر غیر حقیقی شما با دروغ تغذیه می‌شود، پس مجبورید دروغهای بیشتر و بیشتری از خودتان بسازید. برای حفظ یک دروغ می‌بایست صدها بار دیگر دروغ بگویید، زیرا یک دروغ تنها با دروغهای بزرگتر حفظ می‌شود. بنابراین هنگامی که پشت ظاهری فریبنده پنهان می‌شوید حقیقت شروع به مردن می‌کند، و غیر واقعی شروع به پیشرفت و ترقی می‌کند و بزرگ و بزرگتر می‌شود. اگر خود را آشکار کنید غیر واقعی خواهد مرد و سوی مرگ رهسپار می‌شود، زیرا غیر واقعی هیچگاه نمی‌تواند در حالت آشکار دوام بیاورد. تنها می‌تواند در رمز و راز، در تاریکی و در دلیلهای ناآگاهی دوام بیاورد. اگر آن را به سمت آگاهی و هوشیاری بیاورید شروع به بخارشدن و ناپدیدشدن می‌کند.

این تمامی راز موفقیت علم روانکاوی است. یک راز ساده، ولی تمامی راز روانکاوی. روانکاو کمک می‌کند که همه چیزهای نهفته در ضمیر ناخودآگاه، و در تاریکترین قلمرو وجودتان را بیرون بکشید و به مرحله آگاهی برسانید. آن را از عمق به سطح می‌آورد که بتوانید آن را ببینید، همه بتوانند آن را ببینند، و معجزه اتفاق می‌افتد: حتی دیدنش

به مفهوم شروع مرگش است. و اگر آن را به فرد دیگری ارتباط دهید - و

این همان کساری است که در روانکاوی انجام می‌دهید، خودتان را برای روانکاو تان آشکار می‌سازید - حتی آشکار نمودن خود برای یک نفر نیز کافی است تا تغییرات زیادی برای وجود انسان به ارمغان بیاورد. اما آشکار نمودن خود در مقابل یک روانکاو امری محدود است: تنها برای یک نفر خودتان را آشکار کرده‌اید، آن هم در خلوتی عمیق، یا این شرط که وی هیچگاه مسئولتان را بر ملا نکند. این بخشی از حرفه پزشک، روانکاو و درمانگر است. بخشی از سوگند وی است که هیچگاه مسائل بیمار خود را به کسی نگوید، و آن

مسائل به صورت راز باقی خواهد ماند. پس این یک آشکارسازی محدود، اما مفید است. در عین حال یک آشکارسازی حرفه‌ای و کارساز است؛ این امر سالها طول می‌کشد، چرا چیزی که می‌تواند در



اگر خود را آشکار کنید غیر واقعی خواهد مرد و سوی مرگ رهسپار می‌شود، زیرا غیر واقعی هیچگاه نمی‌تواند در حالت آشکار دوام بیاورد. تنها می‌تواند در رمز و راز، در تاریکی و در دلیلهای ناآگاهی بماند.

چند روز انجام شود در روانکاوی سالها طول می کشد؟ - چهار سال، پنج سال، و حتی بعد از آن نیز روانکاوی کامل نمی شود. دنیا حتی یک مورد هم از تمامی روانکاوهای موجود نمی شناسد که کامل شده و خاتمه یافته باشد. حتی روانکاوان نیز به طور کامل روانکاویتان کرده است، زیرا آشکارسازی خیلی محدود بوده و شرایطی دارد. روانکاو به شما گوش می دهد اما گوی نمی شنود، زیرا آن مطالب را به کسی نخواهد گفت. اما بعداً کمک کننده است، فوق العاده در سبکیار کردن تنان و خلاص کردن تنان از عقده ها و ناراحتی ها مفید است.

اگر خودتان را با خلوص کامل آشکار نمایید - نه در خفا، نه برای یک متخصص، بلکه در تمامی روابط خود با افراد - این همان چیزی است که یک سالک انجام می دهد، این کار در واقع «خود روانکاو» است. یک روانکاو شبانه روزی در تمامی حالات و شرایط است: با همسر، با دوست، یا نزدیکان، با دشمن، با غریبه، یا رئیس، با مستخدم. در تمامی بیست و چهار ساعت در ارتباط هستید.

اگر به بر ملا نمودن خود ادامه بدهید، در ابتدا حقیقتاً بسیار ترسناک خواهد بود. اما خیلی زود به شما قدرت می دهد زیرا وقتی حقیقت آشکار شود، قویتر شده و غیر واقعی می میرد. و با قوت یافتن حقیقت ریشه دار شده و تمرکز پیدا می کنید. کم کم شخصیت ظاهریتان (personality) ناپدید شده و فردیت (individuality) پدیدار می گردد. شخصیت جعلی است، ولی فردیت مهم و اساسی است. شخصیت تنها

ظاهر است ولی فردیت حقیقت شماس. شخصیت به وسیله دنیای بیرون بر ما تحمیل می شود. یک ماسک، یک نقاب ظاهری است. فردیت واقعیت شماس - همانطور که خدا شما را آفریده است. شخصیت، فرهنگ اجتماعی و پیرایش اجتماعی است. فردیت خام، وحشی، قوی و با قدرتی فوق العاده است.

اما ترس طبیعی است زیرا از همان دوران کودکی دروغگوئی را آموخته اید و آنچنان با دروغ یکی شده اید که کنار گذاشتن آن به نظر تقریباً خودکشی می آید. ترس پدیدار می شود زیرا یک بحران بزرگ هویتی به وجود آمده است.

به مدت پنجاه سال، شصت سال فرد شاخصی بوده اید و حالا روانکاو باید به شصت سال زندگی تان دست یابد - به شصت سالی که فرد شاخصی بوده اید. اکنون در این مراحل آخر زندگی تان، کنار گذاشتن هویت فعلی خود و شروع کردن به شناخت خودتان از القبا ترس برانگیز است. مرگ هر روز به انسان نزدیکتر می شود - آیا اکنون هنگام یادگیری درس جدیدی است؟ چه کسی می داند که بتوانید آن را به اتمام برسانید یا نه؟ چه کسی می داند؟ شاید هویت قبلی تان را از دست بدهید و وقت کافی، انرژی کافی، و شهادت کافی، برای کسب هویت جدید نداشته باشید. پس آیا حاضرید بدون هیچ هویتی از دنیا بروید؟ آیا حاضرید در آخرین مرحله زندگی تان بدون هویت زندگی کنید. زندگی بدون هویت یک نوع دیوانگی است؛ قلب انسان فشرده

می‌شود. ممکن است این گونه فکر کنید: «بهتر است این چند روز باقی مانده عمر را نیز به همان روش سابق ادامه داد، همان روش مسطمن، بی دردسر و آشنای قدیمی»، در آن روش مستحجر گشته‌اید. سرمایه‌گذاری بزرگی روی آن کرده‌اید، شصت سال از زندگی‌تان را روی آن گذاشته‌اید، به نحوی از عهده آن برآمده‌اید، در مورد این که چه کسی هستید نظریه‌ای درست کرده‌اید و اکنون من می‌گویم آن نظریه را به گوشه‌ای پسندازید برای اینکه شما آن نیستید!

به هیچ نظریه‌ای برای شناخت خود نیاز نیست. در حقیقت، تمام نظریه‌ها باید کنار گذاشته شود، فقط آن موقع می‌توانید خودتان را بشناسید.

ترس طبیعی است. آن را محکوم نکنید، و تصور نکنید که چیز



شخصیه جعلی لسه ولی

فردیه هم و اساسی

لسه شخصیه تنها قاهر

لسه ولی فردیه حقیقه

شجاسه شخصیه به

وسيله دلياي بیرون برما

تحویل می‌شود یک

ماسکه، یک نقاب قاهری

لسه فردیه واقعیه

شجاسه همانطور که خدا

شما را آفریده لسه

غلطی است. آن قسمتی از تربیت اجتماعی ماست. بپذیریمش و فراتر از آن برویم؛ بدون اینکه آن را محکوم کنیم باید از آن فراتر برویم. خودتان را کم‌کم آشکار نمایید - احتیاج به آنچنان پرشی نیست که بعد بتوانید از پس آن برآید؛ به تدریج و پله پله بروید. اما بزودی طعم حقیقت را خواهید چشید، و از اینکه تمامی آن شصت سال زندگی تنها اتلاف محض بوده است، متعجب خواهید شد. هویت قدیمتان از بین خواهد رفت، یک استنباط و درک کاملاً تازه‌ای خواهید داشت. آن واقعاً یک هویت نخواهد بود اما بینشی جدید، یک راه جدید دیدن مسائل، یک چشم‌انداز جدید خواهد بود. دیگر دوباره قادر به گفتن کلمه «من» و به دنبال آن چیزهای دیگر نیستید؛ شما از این کلمه به‌خاطر اینکه مفید است استفاده خواهید کرد، ولی در تمام مدت می‌دانید که هیچ معنی، مفهوم و واقعیت خارجی ندارد؛ و اینکه پشت این «من» یک اقیانوس، یک بی‌نهایت، یک وسعت و یک ملکوت نهفته است.

شما هیچگاه به یک هویت دیگر دست نخواهید یافت؛ هویت قدیمی شما خواهد رفت، و برای اولین بار خودتان را مانند موجی در اقیانوس خدا خواهید یافت. این یک هویت نیست زیرا شما در آن نیستید. ناپدید شده‌اید، خداوند شما را در خود فرو برده است. اگر خطر اشتباه را بپذیرید، حقیقت می‌تواند از آن شما باشد. و ارزشش را دارد، زیرا خطر اشتباه را بپذیرا می‌شوید و در عوض حقیقت

را بدست می‌آوردید. در واقع هیچ چیز را به مخاطره نمی‌اندازید و همه چیز را بدست می‌آوردید.

من به این واقعیت رسیده‌ام که از خودم خسته شده‌ام و هیچ احساس لذتی نمی‌کنم. شما گفته‌اید که خودمان را همان‌گونه که هستیم بپذیریم. من قادر نیستم زندگی را بپذیرم، و می‌دانم که از یک لذت درونی محروم چه باید بکنم؟

شنیده‌ام یک نوع آرام‌بخش جدید وجود دارد که احساس آرامش و سبکی نمی‌دهد - فقط به شدت عصبی‌ات می‌کند.

آن را امتحان کن! امتحانش کن و دوباره امتحان کن - مثل یک آمریکایی! - اما بیش از سه بار آن را امتحان نکن. امتحان کن، امتحان کن و دوباره امتحانش کن و بعد دست نگه‌دار زیرا بمفهوم اصرار در چهل است.

از من می‌پرسی:

«من به این واقعیت رسیده‌ام که از خودم خسته شده‌ام...»

این کشف بزرگی است. بله، منظورم همین است! بسیاری از مردم خود نمی‌دانند که زندگی کسالت باری دارند - آنها ملولند و کاملاً کسل و خسته. همه این را می‌دانند غیر از خودشان. آگاهی به اینکه زندگی ملالت‌آوری داری خود شروع بزرگی است؛ اکنون یک سری مضامین باید درک شود.

انسان تنها جاننداری است که احساس کسالت می‌کند؛ این یک

امتیاز ویژه است، قسمتی از شأن و کرامت انسان است. آیا تاکنون بوفالو یا خری دیده‌ای که احساس کسالت کند؟ آنها کسل نمی‌شوند. کسالت مؤید این است که راه زندگی‌ات اشتباه است؛ همین امر می‌تواند واقعه‌ای بزرگ در زندگی‌ات شود. فهمیدن اینکه «من کسل هستم و یک کاری باید انجام داد، یک سری تغییرات لازم است.» پس فکر نکن که احساس کسالت چیز بدی است - اتفاقاً نشانه خوبی است، یک شروع خوب، یک شروع واقعا خجسته. اما در این نقطه متوقف نشو.

چرا یک نفر احساس کسالت می‌کند؟ انسان احساس کسالت می‌کند زیرا طبق الگوهای مرده‌ای که دیگران به او داده‌اند زندگی می‌کند. آن الگوها را کنار بگذار، راه زندگی‌ات را از آن الگوها جدا کن! زندگی را براساس الگوی خود شروع کن.

مسأله پول، قدرت و حیثیت نیست؛ بلکه مسئله این است که حقیقتاً می‌خواهی چه کار کنی؟ کار مورد نظر خود را صرف نظر از نتایج آن انجام ده تا کسالت از بین برود. مجبور بوده‌ای از عقاید دیگران پیروی کنی، مجبور بوده‌ای هرکاری را به روش «صحیح» انجام دهی، مجبور بوده‌ای کارها را همان‌گونه که می‌بایست صورت گیرند انجام دهی. اینها سنگ بنای کسالت هستند، همه انسانها خسته و کسل هستند زیرا انسانی که می‌بایست عارف بشود، ریاضی‌دان است. فردی که می‌بایست ریاضی‌دان شود، سیاستمدار است، فردی که می‌بایست شاعر شود، تاجر است. هر کسی در جای دیگری قرار دارد؛ هیچ فردی

در جایی که باید باشد نیست. باید خطر کرد. اگر حاضر به خطر کردن باشی، کسالت می‌تواند در یک لحظه ناپدید شود.

از من می‌پرسی: «من به این واقعیت رسیده‌ام که از خودم خسته شده‌ام...» از خودت خسته شده‌ای زیرا با خودت صادق نبوده‌ای، با خودت روراست نبوده‌ای، به وجود خودت احترام نگذاشته‌ای.

و می‌گویی: «هیچ لذتی حس نمی‌کنم.» چگونه می‌توان احساس شادی کرد؟ لذت هنگامی جاری می‌شود که آنچه را که عمیقاً دوست داری انجام دهی، هر چه که باشد.

و نشان و نگوگ تنها با نقاشی کردن بسیار راضی و خوشنود بود. حتی یکی از نقاشی‌هایش به فروش نمی‌رفت، و هیچ‌گاه کسی هم از او قدردانی نمی‌کرد، و در نهایت گرسنگی بسر می‌برد. برادرش

مقرری بسیار ناچیزی به او می‌داد که تنها کفاف این را می‌داد که زنده



کسالت می‌تواند ناپدید شود

راه زندگی‌ها لفتها لسه!

همین لهره‌ها تواند

واقعهای بزرگ در

زندگی‌ها لسه شود، فهمیدن

اینکه: «من کمال هستم و

یک کاری باید انجام داد،

یک سری تغییرات لازم

لسه»

بماند - چهار روز در هفته روزه می‌گرفت و سه روز در هفته می‌توانست غذا بخورد. مجبور بود آن چهار روز را روزه بگیرد زیرا تنها بدین طریق بود که می‌توانست برای خرید بوم، رنگ و قلم مو پول ذخیره کند. اما با این وجود بی‌نهایت شاد و راضی بود - لذت و شادمانی در او جاری بود.

او زمانی که تنها ۳۳ سال داشت از دنیا رفت؛ او خودکشی کرد. اما خودکشی وی به مراتب خیلی بهتر از آن چیزی است که تو آن را اصطلاحاً زندگی می‌نامی، زیرا بعد از آنکه چیزی را که می‌خواست نقاشی کند به اتمام رساند، اقدام به خودکشی کرد. روزی که نقاشی غروب خورشید را، که بزرگترین آرزویش بود به پایان رساند، در نامه‌ای نوشت: «کارم انجام شد، حالا راضی هستم. من این جهان را با رضایت کامل ترک می‌کنم.» او اقدام به خودکشی کرد، ولی من آن را خودکشی نمی‌نامم. او به طور کامل زندگی کرد، شمع زندگی را از هر دو طرف با شدت حیرت‌آوری سوزاند.

شاید صد سال زندگی کنی اما زندگی‌ات مثل یک استخوان پوک، یک وزن، وزنی مرده باشد.

می‌گویی: «گفته‌اید خودمان را قبول داشته باشیم، هر آنچه که هستیم. من نمی‌توانم زندگی را بپذیرم، وقتی که می‌دانم شادی درون خود را از دست داده‌ام.»

وقتی می‌گویم خودت را قبول داشته باش، نمی‌گویم الگوی زندگی‌ات را قبول کن - سعی نکن از حرفهای من دچار سوء تفاهم شوی. وقتی می‌گویم خودت را قبول داشته باش، منظورم این است که هر چه غیر از آن را کنار بگذار - خودت را بپذیر. اما باید به روش خودت آن را معنی کنی. اینطوری است... یک مریخی بشقاب پرنده‌اش را در مانهاتان فرود آورد و بلافاصله پس از بیرون آمدن گدایی به او نزدیک شد.

گدا به او گفت: «می‌شود یک ده سنتی به من بدهید؟»

مریخی پرسید: «ده سنتی چیست؟»

گدا فکر کرد و گفت: «حق با شماست. می‌شود به من یک چهارم

بدهید؟»

من نمی‌گویم چه فهمیده‌ای. هر چیزی را که به تو تحمیل شده کنار بگذار - من نمی‌گویم آن را بپذیر. عمیق‌ترین هسته‌ای که از عالم ماورا به همراه آورده‌ای بپذیر و آنگاه دیگر احساس نمی‌کنی که در حال از دست دادن چیزی هستی. در لحظه‌ای که خودت را بدون هیچ قید و شرطی قبول کنی، ناگهان فوران لذت و شادی رخ می‌دهد. نیروهای شروع به جاری شدن می‌نمایند. زندگی حقیقتاً تبدیل به یک حالت نشاط آور و نشئه‌کننده می‌شود.

دوستان مرد جوانی تصور کردند که او فوت کرده است، اما او فقط در حالت کما بود. درست زمانی که برای جلوگیری از به

خاک سپرده شدن علائم حیات را نشان داد، از او پرسیدند که در حالت مرگ چه احساسی داشت. با تعجب فریاد زد: «مرده! من نمرده بودم. تمام مدت می‌دانستم که چه چیزی در حال رخ دادن است. و می‌دانستم که نمرده‌ام. زیرا پاهایم سرد بود و گرسنه بودم.»

یکی از افراد کنجکاو پرسید: «اما چه مسئله‌ای باعث شد که فکر کنی هنوز زنده‌ای؟»

«خوب، من می‌دانستم اگر در بهشت بودم گرسنه نمی‌شدم، و اگر در جای دیگر هم بودم پاهایم احساس سرما نمی‌کردند.»

همه می‌توانند مطمئن باشند که تو هنوز نمرده‌ای: گرسنه‌ای، و پاهایت سرد است. فقط بلند شو و کمی پیاده روی تند کن!

مرد فقیری که تحصیلات و هیچ موقعیت اجتماعی نداشت، عاشق دختر یک میلیونر شد. دختر او را به منزل دعوت کرد تا والدینش را در عمارت بزرگ و مجللشان ملاقات کند. مرد با دیدن میلان اشرافی، خدمتکاران و تمام نشانه‌های دیگر ثروت دستپاچه شد. اما به گونه‌ای وانمود کرد که آرام است - تا زمانی که هنگام صرف شام شد. پشت میز بزرگ شام نشست، و در اثر مستی ناشی از شراب، با صدای بلند، بادی از خود خارج کرد.

پدر دختر نگاه پرشگوانه‌ای انداخت و به سگش که زیر پاهای مرد فقیر دراز کشیده بود خیره شد و با صدای تهدیدآمیزی گفت

«روورا (Rover)»

مرد فقیر خیالش راحت شد که گناه به گردن سگ افتاده، بنابراین چند دقیقه بعد دوباره بادی از خود خارج کرد.

میزبانش دوباره به سگ نگاه کرد و با صدای بلندتری گفت:

«روورا!»

چند دقیقه بعد مرد فقیر برای سومین بار بادی از خود خارج کرد. صورت مرد ثروتمند از غضب چین برداشت. نعره زد: «روورا، گورت را از اینجا گم کن قبل از اینکه سر تا پایت را به کثافت بکشد!»

هنوز وقت هست ... از زندانی که تا حالا در آن زندگی کرده‌ای همین حالا بیا بیرون! فقط کمی شهادت می‌خواهد، شهادت کمی که یک قمارباز دارد. و به یاد داشته باش چیزی برای از دست دادن وجود ندارد. تو فقط خود را از بند رها می‌کنی ... کسالت و بی‌حوصلگی خود را از دست می‌دهی، این احساس همیشگی که در درون خود چیزی گم شده را داری از دست می‌دهی. چه چیز دیگری از دست می‌دهی؟ از شیوه زندگی یکنواخت خارج شو و هستی خویش را بپذیر. در مقابل موسی، عیسی، بودا، ماهاویرا (Mahavira)، کریشنا خودت را بپذیر. تو در قبال بودا یا زرتشت (Zarathustra) یا کبیر (kabir) یا ناناک (Nanak) مسئولیتی نداری، مسئولیت تو فقط در قبال خودت است.

OR

مسئول باش - و وقتی من

از کلمه مسئول استفاده

می‌کنم، سوء تعبیر نکن.

من راجع به وظایف، و

مسئولیتها صحبت

نمی‌کنم، من در واقع

کلمه را در مفهوم لغوی

آن استفاده می‌کنم؛ به

حقیقت پاسخ بده، مسئول

باش.

مسئول باش - و وقتی من از کلمه «مسئول» استفاده می‌کنم، سوء تعبیر نکن. من راجع به وظایف، و مسئولیتها صحبت نمی‌کنم، در واقع کلمه را در مفهوم لغوی آن استفاده می‌کنم؛ به حقیقت پاسخ بده، مسئول باش.

اگر هر مسئولیتی را که دیگران از تو توقع داشته‌اند برآورده کرده باشی، در واقع زندگی غسیر مسئولانه‌ای داشته‌ای. چه چیزی برای از دست دادن وجود دارد؟ تو خسته‌ای - این موقعیت خوبی است. داری نیرویت را از دست می‌دهی، آیا دلیل دیگری هم می‌خواهی تا از زندان بیرون بیایی؟ از آن بیرون بپر، پشت سرت را هم نگاه نکن!

به تو می‌گویند: قبل از آنکه بیرون بپری دوباره فکر کن. من می‌گویم: اول بپر و بعد هر چقدر که دلت می‌خواهد فکر کن.

مواقبه جهت ترس از پوچی

مهم است که هر شب قبل از اینکه بخوابید چشمانتان را ببندید و به مدت بیست دقیقه در خلأ و خلوت خود فرو روید. آن را بپذیرید، بگذارید وجود داشته باشد. ترس پدیدار می‌شود - به آن هم اجازه دهید وجود داشته باشد. از ترس پلرزید، اما فضایی را که در حال متولد شدن است، پس نزنید.

در خلال یک یا دو هفته می‌توانید زیبایی‌اش را حس کنید، می‌توانید برکتش را حس کنید. هنگامی که برکتش را لمس کنید، ترس خود بخود ناپدید می‌شود. مجبور نیستید با آن مبارزه کنید.

روی زمین و یا یک جای راحت، چهار زانو بنشینید. اگر سرتان شروع به خم شدن به طرف جلو کرد - که می‌شود - اجازه بدهید خم شود. تقریباً به همان حالتی که در رحم مادر بودید قرار می‌گیرید، درست مثل کودکی که داخل رحم مادرش قرار دارد. سرتان با زانوهایتان تماس پیدا می‌کند، یا زمین را لمس می‌کند - بگذارید این کار انجام شود. وارد رحم خودتان شوید و همانجا بمانید. بدون هیچ روشی، بدون هیچ دکری یا هیچ تلاشی - فقط آنجا بمانید. فقط آگاه باشید در آنجا چه می‌گذرد. چیزی هست که تا به حال هرگز نمی‌شناخته‌اید. ذهنتان نگران است، زیرا این حالت از بُعدی بسیار متفاوت و ناشناخته می‌آید. ذهن نمی‌تواند در برابر آن مقاومت کند تاکنون چیزی مثل آن را نمی‌شناخته است، بنابراین براحتی گییج

می‌شود؛ می‌خواهد آن را طبقه‌بندی و نام‌گذاری کند.

اما شناخته ذهن است و ناشناخته خداست. ناشناخته هیچ وقت قسمتی از شناخته نمی‌شود. لحظه‌ای که قسمتی از شناخته شود، دیگر خدای ناشناخته نیست. ناشناخته، غیرقابل شناخت باقی می‌ماند. حتی هنگامی که آن را شناختید، باز ناشناخته باقی می‌ماند. راز هرگز گشوده نمی‌شود. راز طبیعتاً غیر قابل حل است.

بنابراین هر شب وارد آن فضا شوید. ترس و لرز وجود دارد؛ این هم خوب است. کم‌کم ترس کمتر و کمتر می‌شود و تجدید قوا بیشتر و بیشتر می‌شود. در خلال سه هفته یک روز ناگهان طلوع خورشید و برکت را خواهید دید، یک طغیان انرژی، یک احساس لذت در درون، گویی که شب تمام شده و خورشید از افق بیرون آمده است.

مواقبه برای از بین بردن الگوهای قدیمی ترس

من متوجه شده‌ام که هنوز الگوهای را که از بچگی با آنها بزرگ شده‌ام، تکرار می‌کنم. هرگاه والدینم مرا سرزنش می‌کردند یا چیزی می‌گفتند که احساس منفی به من دست می‌داد، فقط باید خاموش می‌شدم، فرار می‌کردم، و با این عقیده خودم را دلدار می‌دادم که می‌توانم بدون مردم ادامه دهم، به تنهایی از عهده بر بیایم. حالا می‌بینم که با دوستانم نیز به همان روش رفتار می‌کنم.

اشتباه عمیقاً در شما ایجاد شده بود، که باید با مورد دیگری تعدیل می‌شد.

بنابراین برای یک ماه، در مورد هر چیزی، یک جنگجوی حقیقی باشید و احساس بسیار خوبی خواهید داشت، واقعاً خوب. برای اینکه وقتی فرد فرار می‌کند، احساس خیلی بدی می‌کند، احساس پست. این یک ترفند بزدلانه است - تا فرد را محدود کند. پس شجاع باشید. آنگاه هر دو را کنار بگذارید. برای اینکه شجاع بودن، اگر خیلی عمیق شویم، ترسو بودن است. هنگامی که شجاعت و ترس هر دو ناپدید شوند آنگاه فرد ترس می‌شود. امتحانش کنید.

مواقبه برای اعتماد

اگر احساس می‌کنید اعتماد کردن مشکل است، باید به عقب برگردید. باید درون خاطراتتان کند و کاو کنید. باید به گذشته‌تان بروید. باید ذهنتان را از تأثیرات گذشته پاک کنید. باید توده عظیمی از مسائل بی‌ارزش گذشته داشته باشید. از زیر بار آنها خود را رها کنید. این کلید انجام کار است: اگر می‌توانید به عقب برگردید، نه به عنوان خاطرات بلکه برای مرور کردن. از آن یک مراقبه بسازید. هر شب فقط برای یک ساعت به عقب برگردید. سعی کنید تمام آنچه را که در کودکی‌تان اتفاق افتاده، ببینید. هرچه عمیق‌تر بروید، بهتر است. برای اینکه ما خیلی از چیزهایی را که اتفاق افتاده است، پنهان کرده‌ایم. به

این عادت قدیمی است که پایدار شده است. سعی کنید مخالف آنرا انجام دهید. هرگاه احساس بسته بودن می‌کنید - خودتان را رها کنید.

اگر قرار است بروید، تروید! اگر می‌خواهید صحبت نکنید، صحبت کنید: اگر می‌خواهید بحث و مجادله را متوقف کنید اینکار را نکنید بلکه با انرژی هرچه بیشتر وارد آن شوید.

هرگاه موقعیت به گونه‌ای است که ایجاد ترس می‌کند، دو راه حل وجود دارد - یا مبارزه کنید یا خودتان را کنار بکشید. کودک کوچک معمولاً نمی‌تواند مبارزه کند؛ مخصوصاً در کشورهای سنت‌گرا. در آمریکا، یک کودک آنقدر مبارزه می‌کند تا والدین کنار می‌کشند! ولی در کشورهای قدیمی، کشورهای وابسته به سنت - یا در خانواده‌هایی که هنوز ارزش‌های سنتی بسیار قوی هستند کودک نمی‌تواند مبارزه کند. تنها راه، بسته شدن است. برای محافظت خود را درون خود مخفی می‌کند. بنابراین ترفند مبارزه را یاد گرفته‌اید.

حال، تنها امکانی که باقی می‌ماند، این است که هرگاه احساس می‌کنید که می‌خواهید فرار می‌کنید، همانجا بچسبید، مقاوم باشید، و خوب مبارزه کنید. فقط برای یک ماه به گونه مخالف رفتار کنید و آنگاه نتیجه را خواهید دید. وقتی بتوانید مخالف رفتار کنید، می‌فهمید چگونه هر دو روش را کنار بگذارید. هر دو باید کنار گذاشته شوند، زیرا فقط پس از آن فرد ترس می‌شود - زیرا هر دو روش اشتباه هستند. یک

آنها اجازه نمی‌دهیم که مانند حباب به سطح هشیاری، بالا بیایند. اجازه دهید به سطح بیایند. با هر روز تکرار کردن، عمیق و عمیق تر می‌شوید. در ابتدا جایی را که به یاد می‌آورد زمانی است که چهار یا پنج ساله بودید و قادر نخواهید بود که عقب‌تر بروید. ناگهان یک دیوار چین جلوی صورتتان ظاهر می‌شود. اما آهسته آهسته بروید می‌بینید که دارید عمیق‌تر می‌شوید. سه سالگی، دو سالگی و... برخی از افراد به نقطه‌ای که از رحم مادر زاده شده بودند رسیده‌اند. افرادی هم بوده‌اند که به خاطرات زمانی که داخل رحم بودند رسیده‌اند. افرادی هستند که به ماورای آن نیز رسیده‌اند، هنگامی که مرده بودند.

اما اگر بتوانید به نقطه‌ای برسید که در آن متولد شدید، و بتوانید آن را در ذهن خود مرور کنید، آن لحظه درد و تألم عمیقی خواهد داشت. تقریباً احساس می‌کنید که دوباره متولد شده‌اید. شاید مثل کودکی که برای اولین بار جیغ می‌کشید، جیغ بزنید. شاید احساس خفگی کنید، همان گونه که هر کودک برای اولین باری که از رحم خارج می‌شود احساس خفگی می‌کند - زیرا برای ثانیه‌هایی قادر به تنفس نیست. ابتدا احساس خفگی زیادی می‌کند، سپس جیغ می‌کشد و نفس بالا می‌آید و راه عبور نفس باز می‌شود و ریه‌ها شروع به فعالیت می‌کنند. شاید مجبور باشید به آن نقطه بروید. از آنجا دوباره برگردید. هر شب دوباره بروید، برگردید. حداقل سه تا نه ماه طول می‌کشد و هر روز بیشتر و بیشتر احساس خلاصی می‌کنید. و همزمان در کنار آن

اعتماد بیشتر می‌شود. وقتی گذشته شفاف باشد و هرچه را که اتفاق افتاده است ببینید، از آن آزاد می‌شوید. این کلید راه است: اگر شما از هرچه در حافظه‌تان است، آگاه شوید، از آن رها و آزاد می‌شوید. آگاهی، آزاد می‌سازد، و ناآگاهی پسنه و محدود می‌کند. آگاه اعتماد امکانپذیر می‌شود.

مراقبه برای تبدیل ترس به عشق

می‌توانید در صندلی خود و یا هر حالت دیگری که احساس راحتی می‌کنید بنشینید. آنگاه دستانتان را با هم روی سینه قرار دهید، در حالی که دست راست زیر دست چپ باشد - موقعیت دست مهم است زیرا دست راست مرتبط با طرف چپ مغز است، و ترس همیشه از طرف چپ مغز می‌آید. دست چپ مرتبط با طرف راست مغز است، و شهامت از سمت راست می‌آید. طرف چپ مغز، جایگاه دلیل و برهان است و استدلال ترسو است. به همین دلیل نمی‌توانید کسی را پیدا کنید که هم شجاع و هم خردمند باشد. هرگاه فرد شجاعی را پیدا می‌کنید، فرد خردمندی را نیافته‌اید. او به نظر غیر منطقی می‌آید.

طرف راست مغز دارای قوه درک مستقیم است (حسی و غیر استدلالی)... بنابراین فقط حائلی نمادین است و نه فقط نمادین، بلکه نیرو را تبدیل به حائلی خاص و یا ارتباطی خاص می‌کند. بنابراین دست راست زیر دست چپ قرار می‌گیرد و هر دو

بماند. این حالت خودبخود عوض می‌شود، بدون اینکه تغییرات آن را بفهمید.

بنابراین با این روش حالت بسیار بسیار ساکت، غیر دوگانه و تازه‌ای از آرامش به وجود می‌آید و نیروهایتان به روش تازه‌ای شروع به ازدیاد می‌نمایند. راحت و آرام بنشینید. حداقل برای چهل دقیقه کاری انجام ندهید. اگر بتوان به مدت یک ساعت این کار را انجام داد، کمک بزرگی خواهد بود. بنابراین اگر می‌توانید، با چهل دقیقه شروع کنید. آنگاه کم‌کم به شصت دقیقه برسانید. این کار را هر روز انجام دهید.

در ضمن هیچ فرصتی را از دست ندهید، از هر فرصتی که پیش می‌آید، استفاده کنید. همیشه زندگی و عمل کردن را انتخاب کنید، هرگز عقب نکشید و فرار نکنید. از هر فرصتی که در مسیرتان قرار می‌گیرد، برای اینکه کاری انجام دهید و یا ابتکار داشته باشید، لذت ببرید.

و سؤال آخر: ترس از خدا

آیا عقیده به اینکه خدایی برای هر شخص وجود دارد که مواظب اوست، حتی به عنوان یک فرضیه، مفید نیست؟ زیرا عقیده کنار گذاشتن نظریه وجود خدا، مرا به طرز عمیقی می‌ترساند.

۱. در اینجا مقصود نویسنده از «نظریه وجود خدا» به مثابه محدود کردن دیت بی‌مهری اوست و نه کنار گذاشتن و رد خدا.

شصت دست به همدیگر متصل می‌شوند. بعد باید خود را آرام کنید، چشمتان را ببندید و اجازه دهید فک پایین‌تان راحت باشد - نه اینکه فشاری وارد کنید - فقط به قدری در آرامش و راحتی باشد که بتوانید تنفس از طریق دهان را شروع کنید. از بینی نفس نکشید؛ فقط شروع به نفس کشیدن از راه دهان کنید که خیلی آرامبخش است و هنگامی که از بینی نفس نمی‌کشید، الگوی قدیمی ذهن دیگر کار نمی‌کند. این کار جدیدی بوده، و در یک روش جدید تنفسی، عاداتی تازه راحت‌تر می‌تواند شکل بگیرد.

ثانیاً، وقتی از بینی نفس نمی‌کشید، مغز تحریک نمی‌شود. در واقع به مغز نمی‌رود و مستقیماً به قفسه سینه وارد می‌شود. در غیر این صورت یک تحریک و پیام مداوم به مغز می‌رود. به همین دلیل است که نفس کشیدن بارها و بارها در سوراخهای بینی ما تغییر می‌کند. با نفس کشیدن از یک سوراخ بینی فقط به یک سمت مغز پیام می‌رود؛ و با نفس کشیدن از سوراخ دیگر، به سمت دیگر مغز پیام می‌رود. بعد از هر چهل دقیقه این حالت عوض می‌شود.

بنابراین براحتی در این حالت بنشینید و با دهان نفس بکشید. سوراخ بینی، زوج است ولی دهان زوج نیست. زمانی که با دهان نفس می‌کشید هیچ تغییری وجود ندارد، اگر یک ساعت هم بنشینید، به روش مشابهی نفس می‌کشید. هیچ تغییری پیش نمی‌آید. در یک حالت باقی می‌مانید. با تنفس از راه بینی نمی‌توانید در یک حالت باقی

چرا از کنار گذاشتن نظریه وجود خدا احساس ترس می‌کنی؟ مطمئناً ایده وجود خدا به گونه‌ای تو را از ترسیدن حفظ می‌کند. بنابراین در لحظه‌ای که آن را کنار بگذاری احساس ترس شروع می‌شود. این نوعی حفاظت روانشناسانه است. این چیزی است که وجود دارد.

کودک گرایش به ترسیدن دارد. در رحم مادرش نمی‌ترسد. من تا به حال نشیده‌ام که هیچ وقت کودکی در رحم مادرش به فکر رفتن به کنیسه یا کلیسا یا خواندن کتاب مقدس یا اینکه خدا وجود دارد یا نه، بیفتد. من نمی‌توانم تصور کنم که کودک به هر صورتی در رحم مادرش به موضوع خدا و شیطان و بهشت و جهنم علاقمند باشد. چرا؟ او در واقع در بهشت است. هیچ چیز نمی‌تواند بهتر از اینکه هست باشد.

او کاملاً در یک خانه گرم و راحت محافظت می‌شود و در مواد شیمیایی مغذی شناور است و تعجب می‌کند که در آن نه ماه، کودک در مقایسه بیشتر از هر زمانی در طول نود سال، رشد می‌کند. در نه ماه او سفر طولانی‌ای را طی می‌کند و تقریباً از هیچ تبدیل به هست می‌شود. در نه ماه او از میلیون‌ها سال تکامل تدریجی عبور می‌کند، از ابتدای خلقت تا کنون، از تمام مراحل عبور می‌کند.

و زندگی کاملاً امن است، هیچ نیازی به استخدام شدن، ترس مردن از گرسنگی و گرسنه ماندن نیست. همه چیز توسط بدن مادر انجام می‌شود. نه ماه زندگی در رحم مادر در چنان امنیت کاملی، موجب شده که این به اصطلاح مذاهب ایجاد شوند.

از زمانی که کودک از رحم مادر بیرون می‌آید، اولین چیزی که برایش پیش می‌آید، ترس است. واضح است. خانه و امنیتش از دست رفته است. گرمایش، محیطش، تمام آنچه را که به عنوان دنیایش می‌شناخته، به کلی از دست داده

است و او به دنیای غریب و بیگانه‌ای پرت شده است. دنیایی که از آن هیچ چیز نمی‌داند. او باید خودش نفس کشیدن را شروع کند.

چسند ثانیه طول می‌کشد تا کودک متوجه این حقیقت شود که اکنون باید خودش نفس بکشد.

تنفس مادر دیگر کمکی نمی‌کند.

فقط برای اینکه حواش سرچایش بیاید دکتر او را وارونه می‌گیرد و محکم بر پشتش ضربه می‌زند، چه

شروعی! و چه خوش آمد گویی‌ای!

و درست بعد از ضربه شروع به

نفس کشیدن می‌کند. آیا تا حالا

مشاهده کرده‌ای که هر وقت

می‌ترسی، تنفت تغییر می‌کند؟



آیا تا حالا مشاهده کرده‌ای

که هر وقت می‌ترسی،

تنفسه تغییر می‌کند! اگر

تا به حال ندیده‌ای،

می‌توانی حالا ببینی.

هرگاه می‌ترسی تنفسه

بلافاصله تغییر

می‌کند

اگر تا به حال ندیده‌ای، حالا می‌توانی ببینی. هرگاه می‌ترسی تنفس بلافاصله تغییر می‌کند و هرگاه راحت و در آرامش هستی و از چیزی نمی‌ترسی، متوجه می‌شوی که تنفس به طرف هماهنگی و سازگاری عمیقی می‌رود و آرامتر و ساکت‌تر می‌شود. در مراقبه عمیق، گاهی پیش می‌آید که احساس می‌کنی تنفس متوقف شده است. متوقف نیست، ولی تقریباً متوقف می‌شود.

شروع برای کودک، ترس از همه چیز است. به مدت سه ماه در تاریکی بوده و در یک بیمارستان مدرن، جایی که قرار است متولد شود، همه جا فقط چراغهای روشن وجود دارد و در چشمهایش، در شبکیه چشمهایش، که تا به حال نوری، حتی نور یک شمع ندیده است، این نورها خیلی زیاد است و دکتر حتی چند ثانیه هم معطل نمی‌کند - ارتباطی را که هنوز او با مادر برقرار می‌کند، آخرین امید امتیاش را قطع می‌کند... و چه هستی کوچک و خردی... و خوب می‌دانی که هیچ کس ناتوان‌تر و درمانده‌تر از کودک انسان نیست، هیچ کودکی در کل هستی. به همین دلیل است که اسبابا فرضیه وجود خدا را ابداع نکرده‌اند. قبلاً راجع به ایده وجود خدا فکر نکرده‌اند و احتیاجی نیست. بچه قبل بلافاصله شروع به راه رفتن و نگاه کردن و کشف کردن دنیا می‌کند، او به درماندگی کودک انسان نیست. در واقع شاید تعجب می‌کنی که خیلی مسائل به درماندگی و بیچارگی کودک انسان وابسته است. خانواده، جامعه، فرهنگ، دین و فلسفه... همه اینها بدلیل

درماندگی کودک انسان است.

در حیوانات، خانواده وجود ندارد، به این دلیل ساده که بچه نیازی به والدین ندارد. بشر می‌بایست به فکر ایجاد یک سیستم مطمئن باشد. پدر و مادر باید در کنار هم قرار می‌گرفتند تا از بچه‌ای که حاصل عشقشان بوده، مراقبت کنند. این وظیفه آنها بود. حال اگر بچه انسان تنها رها شود، همانطور که بچه خیلی از حیوانات هستند، نمی‌توانی تصور کنی که بقا پیدا کنند! غیر ممکن است! از کجا می‌خواهد غذا پیدا کند؟ از چه کسی می‌خواهد؟ چه چیز می‌خواهد؟ شاید او خیلی زود آمده است؟ و تعداد کمی از زیست‌شناسان عقیده دارند که بچه انسان نارس متولد می‌شود - نه ماه کافی نیست - زیرا که خیلی درمانده به دنیا می‌آید. اما بدن انسان به گونه‌ای



زیگموند فروید: درد روشنی

نیست - در واقع کمی هم

احمق است، اما گاهی

لوقات احقها هم

حرفهای برای گفتن

دارند. گاهی لوقات او

عقاید درخشان و

برجسته‌ای دارند.

است که مادر نمی تواند بیش از نه ماه کودک را حمل کند، در غیر این صورت خواهد مرد و مرگ او بدین معنی است که کودک نیز خواهد مرد.

محاسبه شده است که اگر کودک بتواند به مدت سه سال در رحم مادر زندگی کند، آنگاه شاید هیچ نیازی به پدر و مادر و خانواده و اجتماع، فرهنگ و کشیش نباشد. اما کودک نمی تواند سه سال در رحم مادر زندگی کند. این وضعیت زیست شناسی عجیب، در تمامی رفتار و طرز فکر و ساختمان خانواده و اجتماع تأثیر گذاشته است؛ و باعث ایجاد ترس شده است.

اولین تجربه کودک ترس است و آخرین تجربه بشر نیز ترس است.

تولد نیز نوعی مرگ است، باید به یاد داشته باشید: کافی است به آن از دیدگاه کودک بنگرید. او در دنیای مطمئنی زندگی می کرد که در آن کاملاً راضی بود. به هیچ چیز نیاز نداشت. آرزومند هیچ چیز دیگری نبود. به سادگی از بودن و رشد کردن لذت می برد - و سپس ناگهان به بیرون پرتاب شد.

برای کودک، این تجربه، تجربه مرگ است، مرگ از تمام دنیایش، امنیتش، خانه راحتش. دانشمندان می گویند ما تاکنون قادر نبوده ایم خانه ای به راحتی رحم ایجاد کنیم. سعی کرده ایم - در تمام خانه های ما سعی شده است که مثل آن خانه، راحت باشند.

حتی تلاش کرده ایم تختخوابهای آبی بسازیم، تا احساس مشابهی ایجاد کنیم. وان حمام گرم داریم؛ با دراز کشیدن در آن می توانی اندکی از احساس چنین را داشته باشی. آنهایی که می دانند چگونه حمام داغ دوستی بگیرند به آن نمک نیز اضافه می کنند، زیرا داخل رحم مادر بسیار شور است - دقیقاً به همان مقدار نمک که در آب دریا هست. اما چه مدت می توانی در وان حمام دراز بکشی؟ محفظه های ایزوله ای درست شده که چیزی جز تلاش برای یافتن رحمی مشابه با آنچه از دست داده شده نیست.

زیگموند فروید مرد روشنی نیست - در واقع کمی هم احمق است، اما گاهی اوقات احمقها هم حرفهایی برای گفتن دارند. گاهی اوقات او عقاید درخشان و برجسته ای دارد. برای مثال، او فکر می کند هدف معاشقه مرد با زن چیزی نیست جز نیرویی که می خواهد دوباره وارد رحم شود. ممکن است چیزی درونش باشد. این مرد دیوانه است، این ایده خیلی جالب به نظر نمی آید. اما حتی اگر مردی مانند زیگموند فروید دیوانه باشد، باید به دقت به او گوش فراداد.

من احساس می کنم چیزی از حقیقت درون آن وجود دارد، جستجو برای رحم، به دنبال همان مسیری که از آن بیرون آمده بود... او نمی تواند به آن رحم برسد، این حقیقت است. بعد از انواع مختلفی از چیزها را به وجود آورد؛ شروع کرد به ساختن غارها، خانه ها و هواپیماها. تو داخل هواپیما را می بینی - تعجبی ندارد اگر روزی ببینی

که مردم داخل هواپیما در وانهای آب گرم و شور شناور هستند. هواپیما می‌تواند دقیقاً وضعیت مشابهی ایجاد کند ولی رضایتبخش نخواهد بود.

کودک چیز دیگری نشناخته است. ما تلاش کرده‌ایم که آن را راحت بسازیم. فقط دکمه‌ای را فشار بده و مهمانداران آنجا خواهند بود. ما تا آنجایی که ممکن است آن را راحت می‌سازیم، ولی نمی‌توانیم به اندازه‌ای که در رحم راحت بود، بسازیم. در آنجا نیاز نبود که حتی دکمه‌ای را بفشاری. قبل از آنکه گرسنه شوی، تغذیه می‌شدی. حتی قبل از آنکه احتیاجی به هوا داشته باشی، به تو می‌رسید. اصلاً هیچ‌گونه مسئولیتی نداشتی.

بنابراین کودکی که از رحم مادر بیرون می‌آید، اگر بتواند آن را کاملاً احساس کند، باید آن را مرگ تلقی نماید. نمی‌تواند آن را به عنوان تولد حس کند، غیر ممکن است. ما می‌گوییم این تولد است، این عقیده ماست - عقیده آنهایی که در خارج قرار گرفته‌اند.

یک بار دیگر - بعد از تلاش در کل زندگی‌اش - توانسته چیزی بسازد: خانه‌ای کوچک، خانواده، جمع کوچکی از دوستان، یک گرمای کوچک، گوشه کوچکی از دنیا که بتواند آرامش داشته باشد و خودش باشد، جایی که مورد قبول است. و این کشمکش در تمام زندگی‌اش مشکل ایجاد می‌کند، و ناگهان، روزی درمی‌یابد که دوباره به بیرون پرتاب شده است.

دکتر دوباره آمده است - و این همان کسی است که به پشتش زده بود. اما در آن زمان برای شروع نفس کشیدن بود؛ این بار، تا جایی که ما می‌دانیم... حالا ما این طرف هستیم، و از طرف دیگر خبر نداریم. طرف دیگر به تصورات مربوط می‌شود؛ دلایل وجود بهشت و جهنم... و هر نوع تصورات دیگری که خارج از کنترل هستند.

ما این طرف هستیم و این مرد در حال مردن است. برای ما، او در حال مردن است؛ شاید هم دوباره دارد متولد می‌شود. اما این را فقط خودش می‌داند. و او که نمی‌تواند برگردد و به ما بگوید «نگران نباشید من در حال مردن نیستم، دارم متولد می‌شوم».

عقیده هندوها راجع به تولد دوباره چیزی نیست، مگر یک فرافکنی از یک تولد معمولی. برای رحم - اگر رحم فکر کند - کودک مرده است. برای کودک - اگر فکر کند - رحم در حال مرگ است اما او متولد می‌شود؛ آن مرگ نیست، تولد است. هندوها هم در مورد مسئله مرگ به همین‌گونه تصور کنند. از این طرف (طرفی که ما به آن می‌نگریم) به نظر می‌آید او در حال مردن است، اما از آن طرف... آن طرف تصورات ماست. ما می‌توانیم آنطور که می‌خواهیم آن را بسازیم.

هر فرد مذهبی، طرف دیگر را به روش متفاوتی می‌سازد زیرا هر اجتماع، و فرهنگی وابسته به جغرافیای متفاوت و تاریخ متفاوتی است. برای مثال: تبتی‌ها نمی‌توانند به آن طرف دیگر بصورت چیزی

خنک فکر کنند. وقتی خنک بودن برایشان ترسناک است، سرما غیر ممکن است. تبتی‌ها فکر می‌کنند فرد مرده، گرم است. و در دنیای جدید همیشه گرم باقی می‌ماند.

هندوها نمی‌توانند فکر کنند که آن طرف همیشه گرم باقی می‌ماند. حتی چهار ماه گرما در هند خیلی زیاد است، حتی اگر برای جاودانه شدن هم گرم بمانید - پخته می‌شوید! آنها هیچ ایده‌ای از تهویه هوا ندارند. اما آنطوری که هندوها بهشتشان را توصیف می‌کنند، تقریباً در آنجا همیشه تهویه هوا وجود دارد - همیشه هوای خنک، نه گرم و نه سرد. همیشه بهار است. در بهار هندی - تمام گلها شکوفه می‌زنند، باد پر از بوی خوش است، پرنده‌ها می‌خوانند، همه چیز زنده است، اما گرم نیست. فقط هوا خنک است. این مسئله را آنها بارها و بارها به ما یادآوری می‌کنند. هوای خنک دائماً جریان دارد.

این ذهن تومست که عقیده را سرفراکنی می‌کند؛ وگرنه، برای تبتی‌ها یا هندوها فرقی نمی‌کند. محمدانها نمی‌توانند فکر کنند که آن دنیا بیابان باشد - آنها در بیابان عرب سختی‌های بسیار کشیده‌اند. پس آن دنیا تماشای واحه است. نه آن گونه که بعد از صدها مایل یک واحه کوچک با کمی آب و چند درخت پیدا کنید. تماشای واحه است و هیچ جای آن بیابان نیست.

برای کسی که در حال مرگ است، این چرخه‌ای است که یک بار

قبلاً تجربه شده است. این واقعیت معروفی است که اگر فردی در زمان مرگ غیر هوشیار و در حالت کما نباشد، شروع به یادآوری چرخه تمام زندگی‌اش می‌نماید. او به اولین لحظه زندگی‌اش زمانی که متولد شده بود، برمی‌گردد. بنظر بسیار قابل توجه و پرمعنا می‌آید که به هنگام ترک این دنیا، اجازه دارد نگاهی به تمام آنچه که اتفاق افتاده است بیندازد. فقط در چند ثانیه تمام تقویم ورق می‌خورد. درست همان‌گونه که در فیلمها ورق می‌خورد.

تقویم ورق می‌خورد و به سرعت می‌گذرد، زیرا آنها مجبورند که در یک فیلم دو ساعته سالهای زیادی را پوشش دهند... اگر زمان فیلم به صورت معمولی بگذرد، باید دو سال در سینما بنشینید: چه کسی از عهده این کار برمی‌آید؟ نه، تقویم فقط ورق می‌خورد، تاریخ‌ها به سرعت عوض می‌شوند. این مسئله در زمان مرگ حتی سریعتر هم اتفاق می‌افتد. در یک لحظه واحد، تمام زندگی مثل برق می‌گذرد و در اولین نقطه متوقف می‌شود. چرخه مشابهی که دوباره در حال اتفاق افتادن است - زندگی به صورت دایره کاملی چرخیده است.

چرا می‌خواستیم این مسئله را به یاد داشته باشیم؟ بدین علت که خدای ذهنی تو چیزی نیست جز ترس روز اولت، که همین‌طور تا لحظه آخر ادامه پیدا می‌کند و بزرگ و بزرگتر می‌شود. به همین دلیل است که هنگامی که فرد جوان است، شاید منکر خدا باشد، توان

این کار را دارد، اما همینطور که رشد می‌کند، منکر خدا بودن برایش کمی دشوار می‌شود. اگر هنگامی که پایش لب گور است از او پرسیم: «آیا هنوز منکر خدا هستی؟» می‌گوید «من فکرهای تازه‌ای دارم.» - بخاطر ترس: چه اتفاقی خواهد افتاد؟ تمام دنیایش دارد ناپدید می‌شود.

به من می‌گوییم: «لحظه‌ای که به فکر کنار گذاشتن نظریه وجود خدا می‌افتیم، دچار ترس می‌شوم.» این نشانه ساده‌ای است مبنی بر اینکه با عقیده محکم اعتقاد به خدا، ترس را سرکوب می‌کنی، بنابراین در لحظه‌ای که این اعتقاد محکم را کنار می‌گذاری، ترس به ناگهان ظاهر می‌شود.

اگر ترس به وجود بیاید، باید با آن روبرو شوی، هیچ راهی نیست که به تو کمک کند که ترس را با نظریه وجود خدا پوشانی. نمی‌توانی به خدا اعتقاد داشته باشی زیرا که شک حقیقت است و اعتقاد مجازی است. و هیچ مجازی نمی‌تواند مقابل حقیقت بایستد. حالا، خدا برای تبدیل به یک فرضیه می‌شود. دعاهای بی‌فایده خواهد بود. می‌فهمی که او یک فرضیه است و نمی‌توانی این مسئله را فراموش کنی.

لحظه‌ای که حقیقت را می‌شنوی محال است آن را فراموش کنی. این یکی از ویژگیهای حقیقت است، اینکه نیازی نیست آن را بخاطر بسپاری. دروغ باید دائماً بخاطر سپرده شود و ممکن است که آن را

فراموش کنی. کسی که به دروغ عادت کرده، نسبت به کسی که به حقیقت عادت کرده، به حافظه

بهتری نیاز دارد، زیرا فردی که اهل حقیقت است نیازی به حافظه ندارد. اگر فقط حقیقت را بگویی، نیازی به حفظ کردن نداری. اما اگر دروغ بگویی، آنگاه باید دائماً به یاد داشته باشی زیرا یک دروغ به یک نفر گفته‌ای، دروغی دیگر به فردی دیگر و چیز دیگری به فرد دیگری. به چه کسی چه گفته‌ای را باید در ذهنت طبقه‌بندی کنی و نگه داری. و هرگاه سئوالی دربارۀ دروغی که گفته‌ای پیش بیاید باید دروغ دیگری بگویی. بنابراین یک سلسله پشت هم است. دروغ اعتقادی به کنترل جمعیت ندارد. حقیقت، مجرد است، اصلاً فرزندی ندارد. در واقع ازدواج نکرده است.

باید از میان ترس بگذری و آن را به عنوان واقعیت انسانی بپذیری. نیازی نیست که از آن فرار کنی. بلکه نیاز به این است که در آن عمیق شوی، و هرچه عمیق‌تر به ترس خود وارد شوی، کمتر آن را



لحظه‌ای که حقیقت را
می‌شنوی محال است آن
را فراموش کنی. این یکی
از ویژگیهای حقیقت است،
اینکه نیازی نیست آن را
بخاطر بسپاری.

واقعی می‌یابی.

وقتی نهایت ترس را لمس می‌کنی براحته می‌خندی، چرا که چیزی برای ترسیدن وجود ندارد و وقتی که ترس ناپدید می‌شود در آنجا معصومیت وجود دارد و آن معصومیت Summun bonum است.

این دقیقاً جوهر و ذات یک فرد مذهبی است.

این معصومیت قدرت است.

این معصومیت، تنها معجزه‌ای است که وجود دارد.

از این معصومیت، هر چیزی می‌تواند حاصل شود، ولی از آن یک مسیحی و یا یک یهودی یا ... حاصل نمی‌شود.

از معصومیت، یک انسان معمولی می‌شود، که عادی بودن خود را می‌پذیری و با لذت زندگی می‌کنی و از تمام هستی قدردانی می‌کنی.

اما هستی، یک عقیده نیست. او در اطرافت و درون و بیرون، است. وقتی کاملاً معصوم هستی، یک شکرگزاری عمیق - من آن را دعا نمی‌نامم، چرا که در دعا چیزی را درخواست می‌کنی، من آن را



باید از هیان ترس بگذری و

آن را به عنوان واقعیت

انسانی بپذیری

نیازی نیست که از آن فرار

کنی

شکرگزاری عمیق می‌نامم - یک سپاسگزاری و حق شناسی پیدا می‌شود. شکرگزاری نه برای اینکه درخواست چیزی را می‌کنی، بلکه شکرگزاری برای آنچه که قبلاً به تو عطا شده است.

خیلی چیزها به تو داده شده است. آیا استحقاقش را داری؟ آیا آنها را کسب کرده‌ای؟ هستی، نعمتهای زیادی را به تو ارزانی می‌دارد لذا بیشتر خواستن، زشت به نظر می‌رسد. برای آنچه که دریافت کرده‌ای، باید شاکر باشی و قشنگترین چیز وقتی است که شکرگزاری می‌کنی، و آنگاه هستی، نعمتهای بیشتر و بیشتری به تو ارزانی می‌دارد. و این یک چرخه می‌باشد، هرچه بیشتر به دست می‌آوری، بیشتر شکرگزاری می‌کنی و هرچه بیشتر شکرگزار باشی، بیشتر به دست می‌آوری... این انتهایی ندارد، یک فرآیند نامتناهی است.

تنها راه باقیمانده ورود به ترس است. به آهستگی وارد ترس شو، بعد می‌توانی عمق آن را دریابی و زمانهایی پیش می‌آید که ترس، خیلی عمیق نیست.

یک داستان:

مردی که شب هنگام روی سنگها راه می‌رفت، از روی صخره‌ای سر خورد و افتاد. زیر پایش دره عمیقی با هزاران پا عمق قرار داشت و مرد همانطور که می‌افتاد، شاخه‌ای را که از تخته سنگ آویزان بود، چنگ زد.

دردل شب آنچه که می دید، یک دره یی انتها بود. فریاد زد؛
فریادش منعکس شد و دوباره برگشت. کسی نبود که صدایش را بشنود.

آیا می توانی آن مرد و شکنجه اش در سراسر شب را تصور کنی؟

هر لحظه برایش مرگ بود، دستهای سرد شده بود و نزدیک بود
که کنترلش را از دست بدهد... صبح روز بعد وقتی که خورشید دمید، به
پایین نگاه کرد و خندید: دره ای در کار نبود. درست شش اینچ پایین تر
یک تخته سنگ بود. او می توانست تمام شب استراحت کند، بخوابی
بخوابد - تخته سنگ به اندازه کافی بزرگ بود - ولی تمام شب برایش
همچون کابوسی گذشت.

با توجه به تجربه ام می توانم به شما بگویم: ترس بیش از شش
اینچ عمق ندارد، حالا به تو بستگی دارد که به یک شاخه بچسبی و
تمام زندگی ات را به کابوس مبدل کنی و یا اینکه شاخه را رها کنی و
روی پاهای خودت بایستی. چیزی برای ترس وجود ندارد.

مرکز مراقبه

محو

کانون بین المللی اشو

کانون بین المللی اشو، مرکز مراقبه ای که اشو در هند بعنوان یک
نور امید ایجاد کرد تا تعالیم وی در آنجا تمرین شود، همچنان سالانه
هزاران توریست را از بیش از یکصد کشور مختلف جهان جذب می کند.
این مجموعه در ۱۰۰ مایلی جنوب شرقی بمبئی در شهر پونا با وسعتی
به اندازه ۳۲ جریب در منطقه ای به نام Koregaon park قرار دارد. اگر
چه پاتوق اشو امکانی برای اسکان دادن مهمانان ندارد ولی متهلای
زیادی در اطرافش وجود دارد.

برنامه های مراقبه مرکز، براساس تصویر ذهنی اشو از نوع جدید
انسان از نظر کیفی است که بتواند هم در زندگی روزمره اش با شادی
زندگی کند و هم در درون آسایش و سکوت یابد. اکثر برنامه ها در
مکانهایی با امکانات مدرن و تهویه ای مطبوع برگزار می شود که شامل
دوره های کوتاه و بلند مراقبه، هنرهای خلاق، درمانهای سلامت
عمومی، رشد شخصی و رویکرد ذن "Zen" به ورزش و تفریح می باشد.
برنامه ها در طول سال، به همراه برنامه روزانه مراقبه های فعال اشو
عرضه می شود.

انتشارات آویژه منتشر کرده است:



آه، این ...

لثری لژ: لوشو

مترجم: محسن خاتمی

من نمی‌گویم که تو باید آنچه را می‌گویم باور کنی. نه، فقط گوش بده، و زیبایی گوش دادنِ خالص همین است: اگر تماماً گوش بدهی، هر آنچه که درست است وارد قلبت می‌شود... ذهن کمر است. تظاهر به گوش دادن می‌کنی، ولی هرگز گوش نمی‌دهی. ذهنت را کنار بگذار و بگذار قلبت به من گوش بدهد.

کافه‌ها و رستورانهای این منطقه، غذاهای سنتی هندی و انواع مختلفی از غذاهای بین‌المللی را عرضه می‌کنند که سبزیجات آنها از مزرعه کانون اشو تأمین می‌شود. کانون دارای سیستم تأمین آب اختصاصی سالم و تصفیه شده می‌باشد. برای پیدا کردن نزدیکترین مرکز اطلاعات پونا با تلفن ۶۰۷۵ - ۵۶۳ (۳۲۳) در آمریکا و یا آدرس Osho.com تماس بگیرید.

WWW.Osho.com

برای اطلاعات بیشتر

که شامل یک وب سایت جامع با زبانهای مختلف، به شکل یک تور On line از مرکز مراقبه، اطلاعات درباره کتب و نوارها، مراکز اطلاعات جهانی اشو و گزیده‌هایی از سخنان اشو می‌باشد.

Osho International

570 Lexington Avenue

New York, NY 10022

Telephone: (212) 588-9888

Fax: (212) 588 - 1977

email: osho - int @ osho.org.

(انتشارات آویژه منتشر خواهد کرد :



پرواز بدون بال

مترجمین: دکتر هاله طالایی
جعفر موسوی راد

رفتن بدون پا

پرواز بدون بال

تفکر بدون ذهن

این تعلیم من است. واضحترا این نمی تواند باشد. زندگی خیلی پر رمز و راز است، به طوری که نمی توان آن را به فرمول های مشخصی تنزل داد. این ممکن نیست. این در مورد زندگی غیر عادlane و غیر منصفانه است. یک راز باید یک راز باقی بماند. اگر شما یک راز را به یک فرمول تنزل دهید، نسبت به واقعیت بیرحمی کرده اید. هیچ عیارتی نمی تواند زندگی را توصیف کند. هیچ توضیحی نمی تواند حقیقت آن را دربر داشته باشد.